



UNIVERSIDADE
CATÓLICA
PORTUGUESA

BRAGA

Relatório de Estágio

Apresentado à Universidade Católica
Portuguesa para obtenção do grau de mestre em
Psicologia da Educação

Rosa Maria Antunes de Araújo

Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais

NOVEMBRO 2015



CATÓLICA

FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS SOCIAIS

BRAGA

Relatório de Estágio

Local de Estágio: Agrupamento de Escolas de
Maximinos

Relatório de estágio apresentado à
Universidade Católica Portuguesa para
obtenção do grau de mestre em
Psicologia da Educação

Rosa Maria Antunes de Araújo

Sob a Orientação da Prof.^a Doutora **Ângela Maria
Pereira e Sá Azevedo**

Agradecimentos

Estando quase na reta final do Mestrado de Psicologia da Educação, marcado pelo término do presente Relatório de Estágio Curricular, não poderia deixar de agradecer a algumas pessoas que, de várias formas, contribuíram para o desfecho desta etapa tão marcante para a minha realização pessoal e, espero, profissional.

Agradeço ao Agrupamento de Escolas de Maximinos pela abertura em me receber como estagiária naquele contexto, um obrigado desde já à Direção, aos Professores, aos Técnicos de Ação Educativa, à Dr.^a Neuza e a todos os colaboradores que ali trabalham, que acreditaram nas minhas capacidades e me ajudaram ao longo de todo o ano letivo. Reconheço que tudo se deve à Orientadora de estágio, Dr.^a Sónia Dias, que acreditou nas minhas competências desde o primeiro momento e me auxiliou e transmitiu novos conhecimentos. Assim, um sincero e especial agradecimento a ela.

Agradeço à minha Supervisora de Estágio, Prof.^a Doutora Ângela Azevedo, pela motivação e transmissão de pensamentos positivos ao longo de todo este processo, na disponibilidade e no apoio demonstrados, nas críticas e sugestões que me foi dando ao longo deste trabalho.

Um obrigado também aos meus pais que, indiretamente, me apoiaram, bem como às minhas amigas que estiveram comigo ao longo do caminho, acreditando que eu seria capaz e motivando-me ao longo deste percurso.

Agradeço, sobretudo e de modo muito especial, aos meus pilares ao longo de todo este processo: o meu companheiro da vida, Gil, e os frutos do nosso amor, as nossas filhas, Maria e Madalena. Vocês os três sempre estiveram presentes em todos os momentos, acreditando em mim, suportando e compreendendo as minhas ausências em família. Colocaram os vossos “pozinhos mágicos” na minha motivação, quando as minhas dúvidas e desmotivações persistiam, sofrendo com as minhas desilusões e festejando comigo nos momentos mais felizes. Um enorme obrigada a vós, por nunca terdes desistido de me apoiar e por sempre me terdes acreditado que eu iria conseguir atingir todos os meus objetivos. Vós sois os principais responsáveis por tudo isto!

Muito obrigadas!

Resumo

O presente Relatório, procura traduzir a experiência adquirida em Estágio Curricular do Mestrado de Psicologia da Educação, na sua edição de 2013/2015, da Universidade Católica Portuguesa de Braga. Este estágio decorreu em contexto educacional numa instituição pública, designadamente, no Agrupamento de Escolas de Maximinos, situado na cidade de Braga. A respetiva experiência teve início a 8 de outubro de 2014 e término a 28 de julho de 2015, perfazendo um total de 581 horas de permanência da estagiária na referida instituição.

Neste sentido, o presente documento encontra-se estruturado em três partes distintas. A primeira ilustra contribuições da Psicologia da Educação no contexto educativo e apresenta os principais modelos que estão subjacentes à prática do Psicólogo Educacional/Escolar. No segundo capítulo, procede-se a uma breve exposição e caracterização do contexto de estágio, tendo como foco principal, o serviço de Psicologia e a aferição das necessidades da instituição às quais urgia dar resposta. Na parte final do presente relatório, apresenta-se um conjunto de atividades desenvolvidas pela estagiária, das quais se destacam as atividades de observação, de observação/intervenção e de intervenção.

Posto isto, há ainda lugar a uma reflexão final, na qual se apresentam considerações resultantes do estágio curricular que foi, sem dúvida, uma etapa da formação que dotou a estagiária de competências e conhecimentos fulcrais à prática futura da profissão de Psicóloga da Educação, permitindo encarar os desafios próprios da profissão de forma consciente e profissional.

Palavras-chave: Psicologia da Educação; Estágio Curricular; Necessidades

Abstract

The present report aims to translate the experience in the Educational Psychology Internship Master's in 2013/2015, in Braga, Portuguese Catholic University. This training experience took place in an educational context in a public institution, in particular, in Maximinos' Group of Schools, in Braga. It began on October 8, 2014 and ended on July 28, 2015, a total of 581 hours of the trainee in that institution.

This essay is structured in three distinct parts. The first illustrates the Educational Psychology contributions to the educational context and presents the main models that underlie the practice of the Educational/School Psychologist. In the second chapter, there is a brief written account and characterization of the training context, focusing mainly on the psychology service and gauging the needs of the institution to which it was urgent to give an answer to, in order to work out a solution. Finally, we present a set of activities in which the trainee was involved, including observation activities, observation / intervention and intervention ones.

Therefore, there is still time to a final reflection: the considerations resulting from the traineeship which was undoubtedly one stage of the whole formation which provided the trainee with the skills and main knowledge to the future practice of the educational psychologist profession of Education, allowing the trainee to face the challenges of the profession in a conscientious and professional way.

Keywords: Educational Psychology; Curricular Stage; Educational needs

Índice

Lista de abreviaturas	IX
Introdução.....	1
I Capítulo: Psicólogo da Educação e Escolar	4
1.1. Caraterização do Perfil do Psicólogo da Educação e Escolar	4
1.1.1. Principais teorias e modelos	7
1.1.2. Enquadramento legal do Psicólogo Educacional em meio escolar	12
1.1.3. Competências do Psicólogo segundo a legislação	13
II. Capítulo: Caraterização e Levantamento de Necessidades do AE Maximinos.....	15
2.1. Resenha Histórica da Instituição	15
2.1.1. Localização e níveis socioeconómicos da população	15
2.1.2. Programas TEIP	16
2.2. Organização AE Maximinos	17
2.2.1. Oferta formativa e educativa do AE Maximinos	18
2.2.2. Projetos e parcerias do AE Maximinos	19
2.2.3. Caraterização do Serviço de Psicologia no AE Maximinos	19
2.3. Levantamento das Necessidades do AE Maximinos	21
III. Capítulo: Atividades de Observação, Observação/Intervenção e Intervenção desenvolvidas no AE Maximinos	25
3.1. Atividades de Observação	26
3.1.1. Reuniões	27
3.1.2. Ação de Formação “Eu e os Outros”	32
3.1.3. Observação atendimentos individuais.....	33
3.1.3.1. Descrição do caso H.....	33
3.1.3.2. Descrição do caso N.....	45
3.2. Atividade de Observação/Intervenção em Grupo	49
3.2.1 Projeto/jogo “Eu e os Outros”.....	49
3.3. Atividades de Intervenção	57
3.3.1. Consulta Psicológica Individual.....	58
3.3.1.1. Descrição do caso G – Avaliação cognitiva.....	59
3.3.1.2. Descrição do caso F. - Reavaliação cognitiva.....	79
3.4. Atividades de Intervenção em Grupo.....	87

3.4.1. Programa: "Dora, a exploradora vai envolver, participar e incluir!"	88
3.4.2. Programa: “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”	102
3.4.3. Ação de Formação: “Família+perto caminhando para o sucesso!”	110
3.4.4. Programa 5º ano “Tu vales muito!”	118
3.4.5. Programa de grupo “A escolha certa!	126
3.4.6. Evento Feira das Profissões: “Com um pé no futuro!”	136
3.4.7. Programa grupo: “Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões.” .	141
Conclusão	149
Referências Bibliográficas	154

Índice de Anexos

Anexo 1 - Localização e níveis socioeconómicos da população

Anexo 2 - Situação académica e profissional dos pais dos alunos do AE Maximinos

Anexo 3 - Programas TEIP

Anexo 4- Organograma dos responsáveis pelo Projeto FREI

Anexo 5 - Estrutura Organizacional

Anexo 6- Recursos Humanos AE Maximinos

Anexo 7- Distribuição do número de alunos do AE Maximinos

Anexo 8- Projetos e parcerias do AE Maximinos

Anexo 9 - Caraterização do Serviço de Psicologia e GMOE

Anexo 10 - Guiões das entrevistas realizadas para levantamento de necessidades

Anexo 11 - Cronograma de atividades

Anexo 12- Caso observação/perfil psicológico H.

Anexo 13- Caso observação/perfil psicológico N.

Anexo 14- Projeto/jogo “Eu e os Outros“

Anexo 15- Caso intervenção/perfil psicológico F.

Anexo 16- Programa “Dora, a exploradora vai envolver, participar e incluir!”

Anexo 17- Programa “”Bem vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

Anexo 18 - Ação formação “Família+perto caminhando para o sucesso!”

Anexo 19 - Programa 5º ano “Tu vales muito!”

Anexo 20 - Programa Orientação Vocacional 9º ano “A escolha certa!”

Anexo 21 - Evento OV (feira das profissões) “Com um pé no futuro!”

Anexo 22 - Programa OV Secundário “Vamos embarcar numa viagem ao mundo das profissões!”

Índice de Tabelas

Tabela 1: Síntese oferta educativa do AE Maximinos	18
Tabela 2: Atividades desenvolvidas pela estagiária, ano letivo 2014/2015, AE Maximinos ..	25
Tabela 3: Dados biográficos e escolares de H.....	33
Tabela 4: Dados processuais de atendimento de H.	34
Tabela 5: Resultados obtidos nos subtestes da WISC-III no caso H.	40
Tabela 6: Resultados obtidos na WISC-III no caso H.	40
Tabela 7: Dados biográficos e escolares do N.	45
Tabela 8: Dados processuais de atendimento do N.....	46
Tabela 9: Ficha técnica projeto/jogo: “Eu e os Outros”	49
Tabela 10: Dados biográficos e escolares de G.....	59
Tabela 11: Dados processuais de atendimento de G.	59
Tabela 12: Resultados obtidos nos subtestes da WISC-III do caso G.	63
Tabela 13: Resultados obtidos na WISC-III do caso G.	64
Tabela 14: Perfil psicológico do G.....	68
Tabela 15: Dados biográficos e escolares de F.	79
Tabela 16: Dados processuais de atendimento de F.....	80
Tabela 17: Resultados obtidos na WISC-III, subtestes do caso F.....	83
Tabela 18: Resultados obtidos na WISC-III, Escala QI, caso F.	84
Tabela 19: Ficha técnica programa "Dora, a exploradora vai envolver, participar e incluir!"	89
Tabela 20: Estrutura do programa "Dora, a exploradora vai envolver, participar e incluir!" ..	90
Tabela 21: Ficha técnica programa: “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”	103
Tabela 22: Estrutura do programa “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”	103
Tabela 23: Ficha técnica ação formação: “Família+perto caminhando para o sucesso!”	111
Tabela 24: Estrutura da ação de formação: “Família+perto caminhando para o sucesso!” ..	111
Tabela 25: Ficha técnica do programa “Tu vales muito!”	118

Tabela 26: Estrutura do programa “Tu vales muito”	119
Tabela 27: Ficha técnica do programa: “A escolha certa”	127
Tabela 28: Estrutura do programa: “A escolha certa”	128
Tabela 29: Ficha técnica Evento Feira das Profissões: “Com um pé no futuro!”	136
Tabela 30: Distribuição das salas/alunos/profissionais	138
Tabela 31: Programa grupo: “Vamos embarcar numa viagem... ao futuro das profissões!..	141
Tabela 32: Estrutura programa: “Vamos embarcar numa viagem, ao futuro das profissões!	143

Lista de abreviaturas

AE Maximinos - Agrupamento de Escolas de Maximinos
AVEOC - Agrupamento Vertical de Escolas Oeste da Colina
BPR - Bateria de Provas de Raciocínio
CAFAP- Centro de Apoio Familiar e Acolhimento Parental
CE Naia- Centro Escolar Naia
EB1 - Escola Básica 1º ciclo
EB2/3 - Escola Básica 2º e 3º ciclo
EE- Educação Especial
ESMAX - Escola Secundária de Maximinos
FREI - Fidelizar Recursos para Esbater o Insucesso
GMOE - Gabinete de Mediação e Orientação Escolar
NEE- Necessidades Educativas Especiais
QI - Quociente de Inteligência
RSI- Rendimento Social de Inserção
SICAP-Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências
SPO-Serviços de Psicologia e Orientação
TEIA-Trabalho Educativo de Intervenção Articulada
TEIP - Territórios Educativos de Intervenção Prioritária
TEIP2 - Territórios Educativos de Intervenção Prioritária de 2ª geração
TEIP3- Territórios Educativos de Intervenção Prioritária de 3ª geração
UCP- Universidade Católica Portuguesa
WISC-III - Escala de Inteligência de *Wechsler* para Crianças

Introdução

O estágio curricular é uma etapa fundamental no processo de formação dos futuros profissionais de Psicologia Educacional. Trata-se de um momento em que o estagiário mobiliza e aplica todo um conjunto de metodologias e conhecimentos teóricos adquiridos anteriormente, aos quais se adicionam novos saberes e competências apenas alcançáveis por meio da experiência prática. A formação neste contexto conduz a um crescimento a nível profissional quando, por meio de um processo de intensa reflexão, dos aspetos que correram bem e os que possam ter corrido menos bem, se consegue tirar proveito e aplicar essas conclusões à atividade profissional (Faria, 2013).

É inegável a relevância do papel da Psicologia Educacional no contexto educativo moderno. Apesar das inúmeras limitações e entraves em termos de legislação, recrutamento, e das inúmeras dificuldades com as quais o Psicólogo Educacional se confronta diariamente em termos profissionais é também verdade que, de uma forma global, o esforço, dedicação e mesmo amor à profissão conduzem a uma superação pessoal que permite encontrar meios para ultrapassar todas as barreiras com vista à prestação do melhor contributo possível para toda a comunidade educativa.

É na qualidade de estagiária que se tem um primeiro contacto com a atividade profissional, com o meio de trabalho, com nível de exigência próprio da profissão e com as pessoas envolvidas. É neste momento que se toma consciência de que a cooperação é um pilar fundamental para o exercício deste ofício. O estágio curricular é, por isso, uma oportunidade dourada em termos de aprendizagem, permitindo colocar em prática todo um conjunto de competências e conhecimentos que foram sendo adquiridos ao longo de todo um percurso formativo e, porque não, ao longo de toda uma vida.

Assim, o presente relatório surge no âmbito do estágio curricular realizado no ano letivo de 2014/2015 de acordo com o previsto no plano de estudos do Mestrado em Psicologia da Educação, da Universidade Católica Portuguesa, de Braga. O local designado foi o Agrupamento de Escolas de Maximinos, que se situa na freguesia de Maximinos, na cidade de Braga, perfazendo um total de 581 horas de permanência da estagiária na referida instituição, com início a 8 de outubro de 2014 e fim a 28 de julho de 2015.

Pelo que já foi dito, a estagiária depositou muitas expectativas na possibilidade de realizar o estágio curricular numa escola, pois julgou ser um contexto muito rico em termos de aprendizagem e preparação, visto permitir a intervenção com alunos de várias faixas etárias e com toda a comunidade educativa: equipas técnicas, pais, professores, auxiliares, entre outros.

A par disso, importa salientar o imenso gosto de trabalhar com crianças que sempre constou das preferências pessoais da estagiária. Durante o ano letivo 2014/2015, o trabalho desenvolvido num contexto educacional no Agrupamento de Escolas de Maximinos, fazia antever, desde logo, os inúmeros benefícios e a enorme oportunidade de crescimento, não só a nível formação, bem como a nível profissional e, até, pessoal.

É importante referir que, durante o período de estágio, todas atividades desenvolvidas e implementadas pela estagiária foram orientadas pela Dra. Sónia Dias e supervisionadas pela Professora Doutora Ângela Azevedo.

Assim, o presente relatório de estágio encontra-se estruturado em três partes distintas. No primeiro capítulo será referenciado o papel do Psicólogo Educacional nas escolas, procurando clarificar e enquadrar em termos justificativos a sua ação e importância em contexto institucional. Para tal, recorre-se a uma sucinta retrospectiva histórica em termos de evolução e desenvolvimento da própria Psicologia Educacional e a uma referência em termos de desenvolvimento dos paradigmas em causa, dando particular ênfase à realidade portuguesa no que respeita ao raio de ação do Psicólogo Educacional. Serão, também, referidos os modelos e teorias subjacentes que orientam a intervenção do Psicólogo na sua prática profissional, permitindo profissionais atuarem de forma consistente, assertiva e fundamentada. Deste modo, baseia-se no Modelo Construtivista, no Modelo Desenvolvimental Bioecológico e no Modelo Sociocognitivo. A par destes modelos também se baseia na Perspetiva Transacional e na Psicologia Positiva. Far-se-á ainda uma breve exploração e enquadramento da ação do Psicólogo em termos de legislação, sendo que estas são as bases legais que determinam e dão reconhecimento à própria Psicologia Educacional/Escolar em contexto educativo.

No âmbito do segundo capítulo, procede-se a uma caracterização da instituição onde decorreu o estágio, da qual consta uma breve resenha histórica, fundamental para se compreender a realidade atual da instituição em todas as suas vertentes e especificidades. Além disso, e ainda em termos de caracterização, torna-se pertinente apresentar uma descrição detalhada de todos os pormenores e características da instituição que se mostram relevantes para a compreensão e enquadramento das condicionantes e especificidades do contexto. Dá-se particular destaque para o facto de se tratar de um Agrupamento classificado pelo Ministério da Educação como sendo Territórios Educativos de Intervenção Prioritária (TEIP), o que espelha, em parte, as carências e necessidades presentes em diversas áreas deste estabelecimento escolar público, ampliando ainda mais o valor do contributo prestado pela Psicologia Educacional nestes contextos. Apresenta-se, igualmente, o levantamento específico de necessidades,

realizado após diversas entrevistas e depois de uma investigação exaustiva por parte da estagiária, com o objetivo de aferir as reais carências de intervenção no domínio da Psicologia na referida instituição. Importa salientar que, devido às muitas necessidades detetadas, não foi possível intervir em todas, pelo que foi necessário realizar um processo seletivo prévio de priorização, devidamente assessorado, a fim se conseguir maximizar os benefícios para a instituição em causa.

No terceiro e último capítulo, estão patentes as atividades desenvolvidas pela estagiária ao longo do ano letivo, em conformidade com o levantamento das necessidades efetuado no AE Maximinos. Estas atividades podem ser subdivididas em três tipos distintos: atividades de observação, observação/intervenção e intervenção. Nas atividades de observação, não houve uma intervenção direta por parte da estagiária, sendo que a sua ação se limitou à observação e registo de dinâmicas, técnicas e procedimentos usados em diversos momentos. Aqui enquadram-se a comparência em diversas reuniões, a participação em uma ação de formação e a observação de atendimentos individuais efetuados pela orientadora de estágio. Já nas do tipo observação/intervenção, a ação da estagiária contemplou uma participação na implementação de um projeto/jogo de intervenção em parceria com a Cruz Vermelha Portuguesa. Além destas, a estagiária teve oportunidade de desenvolver e dinamizar autonomamente atividades de intervenção, nas quais a sua ação assumiu um papel mais direto e ativo. Estas atividades foram devidamente supervisionadas e orientadas pela Psicóloga no contexto de estágio. Neste tipo incluem-se os atendimentos individuais, o desenvolvimento e implementação de programas específicos elaborados de acordo com as necessidades do AE Maximinos, a ação de formação sobre práticas parentais, os programas de orientação vocacional.

Em modo de conclusão, o estágio curricular reflete a consolidação de conhecimentos, os benefícios decorrentes da troca de experiências, a aquisição de novas aprendizagens, a obtenção de novas competências, e acima de tudo, permite vivenciar, na primeira pessoa, as diversas facetas da atividade de Psicóloga da Educação.

Assim, ao longo deste relatório de estágio elaborou-se uma descrição pormenorizada daquela que foi a primeira experiência da aluna enquanto Psicóloga em contexto real.

I Capítulo: Psicólogo da Educação e Escolar

Este capítulo inicial objetiva analisar, através da revisão da literatura existente, o papel do Psicólogo em contexto escolar, nomeadamente em termos de importância, relevância e especificidades próprias das funções do Psicólogo da Educação. Perante as potencialidades e/ou limitações que este se depara nesse mesmo contexto, a sua atuação pode assumir um caráter essencialmente mais preventivo, embora haja outros momentos nos quais adota uma forma mais remediativa.

Posto isto, apresenta-se em seguida o papel do Psicólogo Educacional, os principais modelos subjacentes à área de intervenção em psicológica e um breve enquadramento legal do Psicólogo Educacional em meio escolar.

1.1.Caraterização do Perfil do Psicólogo da Educação e Escolar

A Psicologia atua numa diversidade de situações e domínios no contexto educativo. Esta atuação deve ser realizada através do Psicólogo Educacional. O Psicólogo deverá ter um conhecimento alargado, atual e adequado, de acordo com a legislação em vigor que fundamenta a sua prática profissional (Decreto-Lei 300/97).

Na vertente educacional da Psicologia, destacou-se, numa fase inicial, o Psicólogo alemão, Lightner Witmer, cujo trabalho se centrou na união e articulação de duas áreas distintas, a Educação e a Psicologia, sendo que à data atribuía-se à Psicologia o papel de estudar as diferenças individuais de aprendizagem que poderiam estar na génese de dificuldades, respondendo com métodos educacionais que amenizassem essas dificuldades (Maluf & Cruces, 2008).

Torna-se pertinente referir que a Psicologia Educacional e Psicologia Escolar, apesar de se encontrarem profundamente relacionadas e atuarem necessariamente em articulação, não são idênticas (Souza, 2009). Antunes (2008) frisa essas diferenças, definindo a Psicologia Educacional como um ramo da Psicologia cujo principal objetivo é a produção de conhecimento relativo ao fenómeno psicológico que está presente no processo educativo. É pois um dos fundamentos científicos da educação e da pedagogia. Por outro lado, a autora estabelece para a Psicologia Escolar um campo de atuação profissional que permite a aplicação de conhecimentos, não só fornecidos pela Psicologia da Educação, como também por outros ramos do conhecimento. A Psicologia Escolar tem, então, o seu foco e intervenção na escola e nas

relações que são estabelecidas neste contexto e no decurso do próprio processo de aprendizagem (Antunes, 2008).

Desta forma, a Psicologia da Educação é uma área mais abrangente que intervém sobretudo a nível preventivo, não se limitando apenas às situações escolares, ensino-aprendizagem, mas procurando incluir todos os indivíduos no seu progresso de aprendizagem ao longo da sua vida, em diferentes fases da sua evolução e nos diferentes contextos (ecossistemas), não se restringindo apenas ao desenvolvimento infantil (Gaitas & Morgado, 2010).

A literatura indica que os Psicólogos foram solicitados, inicialmente, pelas escolas para a seleção de alunos para cursos técnico-profissionais. O papel do Psicólogo, nesta altura, baseava-se na orientação dos jovens para as escolhas entre as diversas ofertas formativas de cursos técnico-profissionais. Mais tarde, a sua ação passou a incidir na orientação vocacional dos alunos do 9º ano de escolaridade, tendo como principal objetivo o encaminhamento de um maior número destes a tais cursos. De seguida, o Psicólogo Escolar passa também a prestar apoio a alunos com dificuldades de aprendizagem, tendo como função principal determinar o Quociente de Inteligência (Q.I.). Os Psicólogos Escolares assumem-se e tendem a ser reconhecidos como profissionais de Psicologia, prestando um importante contributo para o desenvolvimento humano em contexto escolar (Campos, 1990a).

Atualmente, e no que à realidade portuguesa diz respeito, Mendes, Abreu-Lima e Almeida (2015), referem tratar-se efetivamente de uma tendência, pois a Psicologia Escolar tem sido uma área em grande expansão e elevado desenvolvimento durante as últimas décadas, enquanto profissão e área de conhecimento. O Psicólogo Escolar é o que detém, no momento, as competências teórico-práticas desejáveis e adequadas à prática profissional, sobretudo quando falamos do contexto escolar, onde se espera que tenha a capacidade de desempenhar uma multiplicidade de funções, de atuar perante diferentes situações ou destinatários, de dar resposta a uma panóplia de problemas e que preste variados serviços que passam pela prevenção, remediação ou intervenção. Esta linha de ação permite ao Psicólogo Escolar atuar de forma competente perante todos os desafios, com que se pode deparar no sistema educativo português.

Assim, a função do Psicólogo Escolar deve ser ampla e o seu papel deve ser ativo para promover a cooperação e participação efetiva de todos os intervenientes no processo educativo. Portanto, o Psicólogo que exerça as suas práticas no contexto educativo deverá atuar conforme a especificidade de cada caso, promovendo o desenvolvimento pessoal e social nos mais

diversos níveis: ao nível *psicológico* – através de consultas psicológicas individuais a alunos, pais e/ou encarregados de educação ou a professores; ao nível *psicopedagógico* – com estratégias de ação de formação para sensibilizar os professores para os novos métodos de ensino, combater o insucesso escolar e na orientação escolar e profissional, entre outros, e a nível *experimental* e/ou de *investigação* – devem ser identificados fatores no ensino que possam influenciar o comportamento dos alunos ou verificar quais são as dificuldades que os alunos apresentam e que se tornem impeditivas de uma boa aprendizagem (Oliveira, 2005).

A ação do Psicólogo flui no sentido de facilitar as mudanças decorrentes na instituição escolar, assim como contribuir para o melhoramento das relações estabelecidas entre a escola, famílias e a própria comunidade do contexto educativo. Estas mudanças são essenciais para aperfeiçoar todo o processo educativo, mas é necessário não colocar de parte todos os fatores que possam colocar entraves a este desenvolvimento, nomeadamente a questão socioeconómica e a igualdade de acesso a oportunidades (Campos, 1990b).

O desafio colocado aos Psicólogos Escolares passa por adequar, conceptualizar, facilitar e promover a educação mais eficaz para todos os alunos (Lindsay, 2007, cit. in Gaitas & Morgado, 2010), pela educação parental e desenvolvimento social, por desenvolver estratégias e métodos de aprendizagem nos alunos, pela relação positiva entre o aluno e o professor e pela promoção de comportamentos adequados por parte dos alunos nos vários espaços escolares, especialmente em contexto de sala de aula (Gaitas & Morgado, 2010).

No que diz respeito ao trabalho com a pessoa, o Psicólogo Escolar pode trabalhar de forma individual ou em pequenos grupos. O seu trabalho deve ser gerido numa perspetiva multidisciplinar em consonância com os professores de apoio pedagógico e pode ser mesmo desenvolvido ao nível da própria escola, mediante a promoção e participação de projetos que visem o sucesso escolar e o desenvolvimento de competências e novos conhecimentos para os mais diversos intervenientes no processo educativo, contribuindo de forma ativa para uma desejada educação inclusiva (Cameron & Monsen, 2005).

Baxter e Frederickson (2005) salientam também a importância da ação do Psicólogo preferencialmente pelo seu carácter preventivo, classificando a prevenção como uma função essencial na ação de um Psicólogo Escolar pois, segundo os autores, é pela prevenção que se procura evitar o aparecimento de dificuldades que possam vir a comprometer todo o processo de aprendizagem, assim como o desenvolvimento em geral da pessoa. Procura-se, assim, a promoção das condições ideais para o normal desenvolvimento de capacidades e competências

de todos os intervenientes no processo educativo, tentando ajustar as características do próprio sistema pedagógico às necessidades educativas individuais.

Merece destacar a perspetiva particular do Colégio Oficial dos Psicólogos de Espanha (COP, 1998) acerca do papel do Psicólogo Educacional, apontando três linhas principais da sua atuação. Segundo este organismo, uma destas linhas de atuação deriva da vertente sócio laboral, pois tem em vista a inserção do aluno na vida ativa. Para tal é destacada a função de orientação profissional e vocacional, promovendo e participando na organização, planificação, desenvolvimento e avaliação dos processos envolvidos na tomada de decisão. A segunda linha de atuação é do tipo psicopedagógico e tem como objetivo principal a introdução de melhorias na vida escolar, tendo em conta a comunidade educativa, destacando funções de assessoria, formação e apoio didático. A intervenção do Psicólogo Educacional ocorre aqui ao nível das relações entre as atividades educativas e a comunidade onde as mesmas têm lugar, assim como nos fatores sociais e culturais que condicionam as tarefas educativas (COP, 1998). Saliente-se que esta linha de ação não restringe o trabalho específico do Psicólogo com os alunos, mas estende-o a todos os elementos da comunidade educativa, uma vez que a participação efetiva de todos maximiza os benefícios da prevenção, tornando-a assim mais eficiente (Baxter & Frederickson, 2005). Por fim, surge uma terceira linha de atuação que pode ser caracterizada como orientação terapêutica, na qual se enquadram as funções de reeducação e compensatórias. O Psicólogo pode propor ou realizar intervenções que visem a melhoria das competências dos alunos, das condições educativas e o desenvolvimento de medidas que procurem dar a resposta adequada às dificuldades (COP, 1998).

A partir do conhecimento da história, do perfil e das competências do Psicólogo Escolar/Educacional e em particular das principais teorias e modelos que servem de base e sustentam a prática destes profissionais, é possível obter uma visão mais clara acerca desta temática. Por isso, seguidamente, será feita uma breve exposição sobre essas teorias e modelos.

1.1.1. Principais teorias e modelos

Durante o percurso de desenvolvimento da Psicologia da Educação, verificou-se, de facto, um aumento progressivo de funções por parte da figura do Psicólogo, resultantes não só do avanço das oportunidades e das carências sociais, mas também da evolução dos modelos teóricos de referência, os quais contam com passagens que vão desde a adoção do modelo psicométrico, ao clínico, passando pelo investigativo, comportamental, pelo modelo desenvolvimental bioecológico, ou o modelo sociocognitivo, construtivista e/ou pela Psicologia

Positiva (Carvalho, 2008) e ainda pela teoria de Aprendizagem Social (Bandura, 1977). Perspetivas teóricas emergentes na Psicologia, como a perspetiva transacional, entre outras, traço fator, interacionista, organísmica/sistémica, desenvolvidas por Altman e Rogoff, (1987), servem de fundamento aos diferentes ramos, nomeadamente à Psicologia da Educação.

Nesta ótica, a Psicologia da Educação e Escolar são sustentadas atualmente por modelos teóricos desenvolvidos por vários autores em consonância, cujas abordagens de aprendizagem recaem em aspetos cognitivos, emocionais, comportamentais e sociais, o que possibilita aos profissionais atuarem de forma consciente e fundada (Rafael, 2005).

Antes mesmo de enunciar alguns autores e descrever brevemente os respetivos modelos teóricos de maior relevância para ambas as vertentes da Psicologia acima mencionadas, devemos recuar ao Modelo Comportamental de Ivan Pavlov (1849-1936) e Skinner (1904-1990, cit. in Rafael, 2005) cujas experiências demonstraram que a aprendizagem não dependia da vontade da pessoa, ou seja, a aprendizagem era extrínseca a esta. Segundo este modelo, seria o meio o responsável pela aprendizagem, logo, para aprender, o indivíduo necessitaria de adquirir determinados comportamentos (Rafael, 2005).

É possível afirmar que, quer a Psicologia da Educação quer a Psicologia Escolar, são sustentadas, na sua atuação, entre outras, pela Perspetiva Transacional, uma das quatro perspetivas desenvolvidas por Altman e Rogoff (Traço fator, Intereacionista, Organísmica/Sistémica) visando estudar a mudança de acordo com atributos psicológicos e com as características próprias do contexto. Nesta perspetiva, o indivíduo surge agora como o principal elemento influenciador do meio. Por isso, as relações de mudança permitem estudar e compreender os fenómenos. A tríade - pessoa, processo e contexto - contribui para essa mudança, a qual apenas ocorre por vontade do próprio (Bairrão, 1995).

É importante sublinhar, porém, conforme referido, outros modelos teóricos podem sustentar a fundamentação destas duas vertentes da psicologia, tais como o Modelo Sociocognitivo, um verdadeiro paradigma do século XXI, que já pretende dar respostas distintas a questões e necessidades presentes nos jovens e na sociedade de hoje. Trata-se de um modelo que dá primazia à interação no contexto educativo e às relações entre o educador e o educando. Vem acrescentar a componente social, considerando que a pessoa é ativa e existe na relação que estabelece com os outros. É baseado em estudos e teorias de autores como: Ausube (1978), Bruner (19987), Detterman (1982), Feuerstein (1995), Novak (1998), Piaget (1970;1971), Reigeluth (1980), Sternberg (1986;1997) e Vygotsky (1991;1997, cit. in Torres, 2006) e centra-se na forma como o aluno aprende, sobre o que aprende, quais os processos

usados nessa aprendizagem, as capacidades e destrezas necessárias para aprender. Incorpora ainda o desenvolvimento e aprimoramento da inteligência emocional. Acrescenta, portanto, a aquisição de conhecimentos e atribuição de significados. Neste modelo, a pessoa é ativa e pode aprender, ou não, pois vai depender da sua motivação para refletir sobre os factos (Torres, 2006).

Este modelo deu origem ao Modelo Construtivista (Zimmerman, 1992, cit. in Boiko & Zamberlan, 2001) nos anos 90, correspondendo à última fase do cognitivismo. O modelo construtivista segue as linhas de estudo de Vygotsky (1988, cit. in Boiko & Zamberlan, 2001) e de seus seguidores, referente à forma como o indivíduo se posiciona no meio em que vive e aprende, sendo ativo, logo mapeando as suas ações, reflexões e operações. Deste modo, a aprendizagem da pessoa passa a considerar sobretudo a aquisição de significados, encontrando-se relacionada mais com as emoções do que com a cognição. A pessoa só aprende aquilo que quer, de que gosta ou é importante para si (Boiko & Zamberlan, 2001).

No entanto, entre o Modelo Comportamental e o Modelo Cognitivo surge ainda a Teoria de Aprendizagem Social de Albert Bandura (1977), um autor fulcral para a compreensão da aprendizagem social. Esta teoria ajuda igualmente a fundamentar a Psicologia Educacional/Escolar, pois assume que a aprendizagem da pessoa ocorre num contexto de interação social, através da observação, imitação e modelagem, adotando o que observou através das fases de *atenção*, *retenção*, *produção* e *motivação*. A aprendizagem pode ser definida então como um processo: *vicariante*, pois depende dos modelos significativos, reais ou imaginários, para a pessoa; *simbólico*, porque implica a representação mental, e *autorregulatório*, na medida em que o indivíduo é ativo e o principal responsável pela sua aprendizagem. Assim, o enfoque é colocado no comportamento social da pessoa, um ser complexo, em interação com fatores decisivos pessoais (natureza cognitiva), comportamentais e situacionais.

Note-se que, tanto a Psicologia da Educação como a Psicologia Escolar se reveem, em parte, na perspetiva do Modelo Sistémico, no qual se defende que a família exerce bastante influência quer nos comportamentos quer nos conhecimentos do jovem. Segundo este modelo, as pessoas tendem a ser influenciadas através dos processos transacionais, crenças familiares existentes e/ou o padrão de comunicação e relação entre todos os membros e, ainda, pela forma como se encontra estruturado e organizado o sistema familiar: poderes, hierarquias e papéis que desempenham. Portanto, este modelo defende que a intervenção deve ser alargada à família,

pois esta é considerada como o contexto social mais amplo que a pessoa mantém e onde está em constante interação (Del Prette, Paiva, & Del Prette, 2005).

Relativamente a esta forma mais ampla pela qual a pessoa deve ser encarada, importa referir o Modelo Ecológico do Desenvolvimento Humano de Urie Bronfenbrenner (1993). Esta perspetiva centra-se no ser humano enquanto organismo biológico e social em crescimento, que interage no meio ambiente ao longo do seu desenvolvimento, sendo influenciado pelas relações e pelos contextos onde se encontra inserido. Contudo, a pessoa também contribui para as mudanças que vão decorrendo nos sistemas ao longo dos tempos.

Este modelo enfatiza, portanto, as características biopsicológicas da pessoa, através da indissociabilidade de quatro elementos: *processo*, *pessoa*, *contexto* e *tempo* (Martins & Symanski, 2004). Desta forma, o desenvolvimento é resultado de uma função conjunta entre um *processo* proximal, ou seja, as características próprias da *pessoa*, o *contexto* no qual ela vive e a quantidade e frequência de *tempo* em que se expõe a um procedimento específico e ao ambiente (Bhering & Sarkis, 2009). Nesta perspetiva, a pessoa é tida como uma entidade dinâmica e em crescimento, que progressivamente se move, e reestrutura o meio em que vive (Krebs, Copelti, Serpa, & Araújo, 2008).

É assim que este modelo é constituído por quatro sistemas, ou por outras palavras, por quatro contextos distintos, mas inter-relacionados entre si. São eles: o *microsistema* que corresponde ao meio envolvente mais próximo no qual o jovem está inserido e onde participa nos vários papéis que desempenha, tais como o de filho e estudante. De seguida, surge o *mesossistema*, que diz respeito à inter-relação entre os principais cenários nos quais a pessoa se encontra num determinado momento da sua vida, por exemplo, na escola e na família. Passando ao *exossistema*, este refere-se às estruturas sociais, formais ou informais, como por exemplo, o trabalho dos pais, as redes de relações sociais, a distribuição de bens e serviços, que não contempla o jovem em desenvolvimento, embora o rodeiem e possam vir a afetar o contexto no qual se encontra e, por isso, influenciam, delimitam e até determinam o que pode acontecer. Por fim, no *macrossistema*, são incorporados os sistemas anteriores, surgindo representadas as ideologias de determinada sociedade e/ou época, os valores culturais, as crenças e os acontecimentos históricos (Bronfenbrenner, 1993 cit. in Bhering, & Sarkis, 2009).

De acordo com este modelo, na intervenção com crianças, deve ter-se em conta quatro fatores: a criança não pode ser vista separadamente do seu sistema social; quando a criança apresenta determinada dificuldade, a avaliação não deve incidir apenas nesta, mas ser alargada a todo o sistema e aos fatores ambientais; as capacidades da criança podem não estar de acordo

com as exigências que lhe são colocadas pelo meio envolvente; e, por fim, a finalidade da intervenção deverá ter o intuito de colocar o sistema a funcionar adequadamente (Apter & Conoley, 1984, cit. in Carvalho, 2008). Portanto, Bronfenbrenner (1993 cit. in Bhering, & Sarkis, 2009) afirma que a pessoa, o processo, o contexto e o tempo são quatro elementos do sistema ecológico que estão em constante interação, não podendo ser separados.

Porém, novos movimentos surgem como resposta a novos desafios. Neste sentido, é de salientar, a título exemplificativo, o crescente desenvolvimento da Psicologia Positiva que pode ser uma efetiva aliada na intervenção psicológica para o exercício do Psicólogo em contexto escolar, introduzindo práticas preventivas e promovendo formas de ação que possam contribuir para uma visão mais otimista e uma maior sociabilidade, tendo como objetivo principal o desenvolvimento positivo de todos os alunos (Lima & Freire, 2008).

Esta forma de encarar a intervenção psicológica em contexto escolar afasta-se da tradicional abordagem, mais centrada no modelo médico, cuja ação surge como resposta a situações de crise junto de indivíduos, ou grupos de risco, focada principalmente em problemas ou perturbações psicológicas (Lima & Freire, 2008). Ao invés, a Psicologia Positiva, procura dar resposta à necessidade crescente de desenvolvimento de programas de intervenção que visem a promoção do desenvolvimento positivo de todas as crianças e jovens. Além disso, procura centrar a intervenção nas características individuais positivas que possam culminar na otimização do desenvolvimento dos jovens, ou seja, que conduzam ao desenvolvimento pleno e saudável dos aspetos psicológicos, biológicos e sociais, valorizando positivamente a vida, mediante um funcionamento emocional e social equilibrado (Paludo, Koller, 2007).

É inegável, portanto, a influência de todos estes modelos teóricos na forma de intervenção no âmbito da Psicologia da Educação e da Psicologia Escolar, pois todos os aspetos a ser considerados ao nível da intervenção podem ser enquadrados à luz dos princípios teóricos que alicerçam cada um destes modelos e teorias.

Enunciadas e sucintamente descritas que estão as principais teorias e modelos subjacentes aos dois ramos da Psicologia que permite que estes profissionais atuem de forma consistente, assertiva e fundamentada, importa agora proceder a uma breve síntese do enquadramento legal do Psicólogo Educacional no contexto escolar português.

1.1.2. Enquadramento legal do Psicólogo Educacional em meio escolar

A primeira menção aos serviços de Psicologia nas escolas em termos de legislação surge em 1986 consagrada na Lei 46/86 de 14 de outubro 1986 que estabelecia a lei geral de bases do sistema educativo e cujo Art.º 26º previa o serviço de apoio psicológico, orientação escolar e profissional (Decreto-Lei 46/86, 1986). Ainda que de forma muito geral, este artigo fazia referência ao apoio do desenvolvimento psicológico nos alunos e à sua orientação escolar e profissional, bem como ao apoio psicopedagógico nas atividades de carácter educativo em contexto escolar. No entanto, este apoio seria realizado por serviços de psicologia e orientação escolar profissional inseridos em estruturas regionais escolares.

Contudo, importa ainda acrescentar que este serviço apenas se torna efetivamente oficial com a publicação do Decreto-Lei 190/91 de 17 de maio, isto é, somente volvidos cinco anos é que se torna real a integração dos Serviços de Psicologia e Orientação (SPO) na rede escolar desde o ensino pré-escolar até ao final do ensino secundário. Saliente-se ainda que foram contemplados neste Decreto-Lei as articulações entre o SPO e os restantes serviços de apoio educativo previstos no terceiro capítulo da Lei de Bases do Sistema Educativo, entre os quais se encontravam o apoio a alunos com Necessidade Educativas Especiais (NEE), os serviços de ação social, os serviços de saúde escolar, conforme o Art.º 2º e 4º do presente Decreto (Decreto-Lei nº 190/91, 1991).

Ora, desde 1991 que a legislação que regula e enquadra legalmente os Serviços de Psicologia e Orientação nas escolas não é alvo de revisão, o que acarreta inúmeros problemas tanto à atividade profissional do Psicólogo Educacional como ao próprio serviço oferecido aos alunos. Existem lacunas legais que não foram resolvidas, como por exemplo as questões relacionadas com a precariedade do vínculo laboral, que apenas é possível na modalidade de contrato e termo resolutivo certo e que põe, por vezes, em causa a realização de projetos cuja implementação ultrapasse o período de vigência do vínculo contratual entre a escola e a equipa técnica (Decreto - Lei nº 190/91). Apesar disso, a importância que o Psicólogo Educacional tem no contexto escolar não deixa de ser plenamente reconhecida e encontra-se bem patente em termos legislativos, no quais se prevê que o aluno seja continuamente acompanhado ao longo do seu percurso académico, com o contributo do SPO, ajudando a identificar interesses e aptidões e intervindo nas situações de dificuldades próprias do processo educativo, tendo sempre como objetivo o desenvolvimento da identidade e da construção do projeto de vida do aluno (Decreto-Lei nº 190/91).

Importa ainda fazer uma breve referência à Lei nº 51/2012 de 5 de setembro de 2012, que consagra o Estatuto do aluno e onde existem várias referências ao papel do SPO em geral e do Psicólogo em particular, nomeadamente, contemplando a sua participação em equipas multidisciplinares destinadas a acompanhar os alunos que revelem maiores dificuldades de aprendizagem, risco de abandono escolar, comportamentos de risco, entre outros. É ainda descrito no referido diploma, o papel especial que cabe aos técnicos de serviços de psicologia e orientação escolar e profissional na identificação e prevenção de situações problemáticas de alunos e fenómenos de violência, bem como na elaboração de planos de acompanhamento, envolvendo a comunidade educativa. Assim, o ponto *i* do artigo 7º da Lei nº 51/2012 refere que o aluno tem o direito a beneficiar de apoios específicos, adequadas às suas necessidades escolares ou à sua aprendizagem através do SPO (Lei nº 51/2012, 2013).

Em suma, é de acrescentar que, em termos de legislação, o papel do Psicólogo encontra-se claramente tipificado, apesar de apenas a partir de 1991 se ter dado enquadramento legal à sua ação e desde então não se ter atualizado a Lei em função das necessidades atuais.

Estão, portanto, clarificados alguns pontos essenciais para se compreender a importância da ação do Psicólogo em contexto escolar, para além das lacunas existentes em termos legislativos relativamente à sua atividade. De seguida, mostra-se pertinente patentear as competências do Psicólogo Educacional segundo a legislação em vigor, em Portugal.

1.1.3. Competências do Psicólogo segundo a legislação

Em outubro de 1997, com a publicação do Decreto-lei 300/97, que cria a carreira de Psicólogo dos serviços de Psicologia e Orientação, é finalmente definido um conjunto de competências do Psicólogo que desenvolve nas suas funções em contexto escolar. Segundo o artigo 4.º do mesmo diploma, é da sua competência, nomeadamente: contribuir, através da sua intervenção especializada, para o desenvolvimento integral dos alunos e para a construção da sua identidade pessoal; conceber e participar na definição de estratégias e na aplicação de procedimentos de orientação educativa que promovam o acompanhamento do aluno ao longo do seu percurso escolar; intervir, a nível psicológico e psicopedagógico, na observação, orientação e apoio dos alunos, promovendo a cooperação de professores, pais e/ou encarregados de educação em articulação com os recursos da comunidade; participar nos processos de avaliação multidisciplinar e interdisciplinar, tendo em vista a elaboração de programas educativos individuais, e acompanhar a sua concretização; desenvolver programas e ações de aconselhamento pessoal e vocacional a nível individual ou de grupo; colaborar no levantamento

de necessidades da comunidade educativa com o fim de propor a realização de ações de prevenção e medidas educativas adequadas, designadamente a situação específica de alunos que iniciaram o seu percurso de escolar no estrangeiro ou cujos pais residam e trabalhem fora do país; participar em experiências pedagógicas, como em projetos de investigação e em ações de formação do pessoal docente e não docente; e colaborar no estudo, conceção e planeamento de medidas que visem a melhoria do sistema educativo, assim como acompanhar o desenvolvimento de projetos (Decreto-Lei 300/97).

Posto isto, no próximo capítulo, serão explanadas as principais características do local, da instituição, tendo em conta a sua história e especificidades atuais e, de uma forma geral, de todo o contexto no qual decorreu o estágio curricular. Para além disto, será discriminado um conjunto de necessidades particulares do AE Maximinos, que se aferiram no sentido de prestar uma contribuição, por parte da Psicologia, que se apresentasse como mais-valia, quer para a Instituição, quer para toda a comunidade educativa.

II. Capítulo: Caraterização e Levantamento de Necessidades do AE Maximinos

Este segundo capítulo pretende caracterizar o local de estágio. Esta caraterização é pertinente, visto que está relacionada com a necessidade de conhecer o funcionamento e a estrutura do Agrupamento de Escolas de Maximinos, contemplando as escolas envolvidas, as necessidades subjacentes, assim como o funcionamento do Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE), a partir do qual a Psicóloga da instituição desenvolve o seu papel em todo o agrupamento.

Assim, procede-se em seguida à caraterização da instituição, apresentando uma breve resenha histórica da mesma, descrevendo a localização e níveis socioeconómicos da população, com referência ao programa dos Territórios Educativos de Intervenção Prioritária (TEIP), menção à oferta formativa do Agrupamento, à caraterização do Serviço de Psicologia e, ainda, fazendo o levantamento das necessidades referente ao local do estágio.

2.1. Resenha Histórica da Instituição

O AE Maximinos foi constituído, por decisão da tutela, em 1 de agosto de 2010, a partir da junção das escolas pertencentes ao Agrupamento Vertical de Escolas Oeste da Colina (AVEOC) e da Escola Secundária de Maximinos (ESMAX). Trata-se de um Agrupamento com contrato de autonomia (Agrupamento de Escolas de Maximinos, 2012/2013) nos termos do Decreto-Lei nº 75/2008, de 22 de abril, posteriormente alterado pelo Decreto-Lei nº 224/2009, de 11 de setembro e por último pelo Decreto-Lei nº 137/2012, de 2 de julho.

2.1.1. Localização e níveis socioeconómicos da população ¹

O AE Maximinos fica sediado na Escola Secundária de Maximinos, na Avenida Colégio Órfãos S. Caetano, na freguesia de Maximinos da cidade de Braga.

Abarca atualmente diversas instituições de ensino, das quais: (1) Escola Básica 1º ciclo e Jardim de Infância (EB1/JI) do Centro Escolar de Gondizalves, situada em Gondizalves; (2) Escola Básica 1º ciclo/infância (EB1/JI) de Estrada, em Estrada; (3) Centro Escolar da Naia (EB1/JI) e (4) Escola Básica 1º ciclo (EB1) da Gandra, situadas em Ferreiros; (5) Centro Escolar de Maximinos; (6) Escola Básica 2/3 (EB2/3) Frei Caetano Brandão e a (7) Escola Secundária de Maximinos, estando estas últimas três situadas em Maximinos.

¹ A caraterização geográfica e socioeconómica do AE Maximinos mais detalhada encontra-se em anexo (1), para que o leitor conheça com mais pormenor a instituição e o contexto na qual está inserida.

A população de abrangência do AE Maximinos pode ser caracterizada globalmente por grandes carências económicas, tendo como um dos principais problemas a elevada taxa de desemprego. As famílias detêm maioritariamente qualificações reduzidas, à exceção de uma minoria de pais que apresentam formação de nível superior (cerca de 10%) (anexo 2).

Perante isto, torna-se pertinente apresentar, de seguida, as medidas que o Agrupamento implementou através do programa (TEIP), para procurar dar resposta aos casos de alunos com estes e outros padrões de problemáticas.

2.1.2. Programas TEIP ²

Com o Despacho Normativo nº 55/2008, de 23 de outubro (Despacho n.º 55/2008, 2008) do Ministério da Educação, as escolas ou Agrupamentos escolares que continham um elevado número de alunos em risco de exclusão social foram convidadas a aderir a um programa específico, denominado programa Territórios Educativos de Intervenção Prioritária (TEIP).

As escolas foram identificadas a partir de indicadores de resultados do sistema educativo e através dos indicadores sociais dos territórios onde estão inseridos. Este programa visava estimular nas comunidades educativas mais atingidas pelos diversos problemas escolares a apropriação de instrumentos e recursos que lhes possibilitassem congregar esforços, nas escolas e nos contextos abrangentes, e condições que aumentassem o sucesso educativo e escolar dos alunos (Machado, Santos, & Silva, 2012).

Em 2009, o então denominado AVEOC foi abrangido pelo programa Territórios Educativos de Intervenção Prioritária de 2ª geração (TEIP2), em conformidade com o Despacho nº 8065/2009 de 13 de março, no qual o Ministério da Educação reconhece que o contexto social em que as escolas se inserem pode constituir-se como fator potenciador de risco de insucesso no sistema educativo normal.

A adesão ao Projeto TEIP2, foi concretizada através do *Projeto FREI – Fidelizar Recursos para Esbater o Insucesso* tendo posteriormente, por decisão interna, transitado e continuado através do AE Maximinos, com a união do AVEOC e a Escola Secundária de Maximinos, embora que o projeto *FREI* não tenha alargado a sua ação a esta última (Machado, Santos, & Silva, 2012).

Em termos organizacionais, a responsável pelo projeto *Frei* é a Dra. Teresa Alves que ocupa atualmente o cargo de Vice-Diretora do Agrupamento, seguindo-se a Dra. Fernanda Barroso com o cargo de Coordenadora, o Professor João Pereira que assume as funções de res-

² A informação mais detalhada acerca dos programas TEIP encontra-se em anexo (3).

ponsável pela Ação do Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE), a Dra. Sónia Dias que exerce funções de Psicóloga/chefe de equipa do GMOE, e por último a técnica de serviço social, Dra. Neusa Silva (anexo 4).

Contudo, o AE Maximinos volta a ser abrangido, em conformidade com o Despacho Normativo nº20/2012 do Ministro de Educação, de 03 de outubro de 2012, por um novo Plano de Melhoria para a instituição, no âmbito do Programa TEIP3. Este programa surgiu na sequência do Programa TEIP2, tendo como objetivos, sobretudo: (a) melhorar a qualidade das aprendizagens traduzida no sucesso educativo dos alunos; (b) combater a indisciplina, o abandono escolar precoce e o absentismo; (c) criar condições para a orientação educativa e a transição qualificada da escola para a vida ativa; e (d) promover a articulação entre a escola, os parceiros sociais e as instituições de formação presentes no território educativo (Plano Anual de Atividades, 2014/2015).

Apresentam-se, em seguida, mais pormenorizadamente algumas características do AE Maximinos, que podem contribuir para uma melhor compreensão da instituição nas suas mais variadas vertentes.

2.2. Organização AE Maximinos

O AE Maximinos, como já foi referido, tem a sua sede na Escola Secundária de Maximinos (ESMAX), onde se encontra a Direção do Agrupamento. O contrato de autonomia, celebrado entre o Agrupamento, o Ministério da Educação e Ciência e outros parceiros da comunidade educativa, tem como principais objetivos um aprofundamento da autonomia do Agrupamento e uma maior eficácia dos procedimentos e de resultados, nomeadamente em domínios como a diversificação da oferta educativa, a transferência de competências na organização do currículo, a constituição de turmas e a gestão de recursos humanos.

Em termos de estrutura e orgânica, os principais Órgãos de Gestão do AE Maximinos são constituídos pelo Conselho Geral, Direção, Conselho Pedagógico e, ainda, o Conselho Administrativo. Visto tratar-se de um Agrupamento TEIP3, o Conselho Geral ganha particular relevância (anexo 5).

Relativamente aos Recursos Humanos do AE Maximinos, contabilizam-se um total de 163 docentes, 72 elementos de pessoal não docente, entre os quais consta uma Assistente Social, uma Psicóloga, nove Técnicos e ainda, sessenta e dois Auxiliares de Apoio Educativo, Técnicos Especializados e Assistentes Operacionais (anexo 6)

O AE Maximinos, no ano letivo 2014/2015, continha o total de 1787 alunos, distribuídos pelas sete escolas (EXMAX, EB 2/3 Frei Caetano Brandão, C.E. Maximinos, C.E. Naia, EB1/JI de Estrada, EB1 da Gandra e EB de Gondizalves). Este valor reparte-se por 161 alunos do ensino pré-escolar, 620 alunos do 1º ciclo, 319 alunos do 2º ciclo, 503 alunos do 3º ciclo e 184 alunos do ensino secundário. Importa salientar que existem, ao todo, 98 alunos referenciados com NEE, dos quais 14 são invisuais (anexo 7).

Seguidamente, a esta breve descrição em termos de estrutura, orgânica, recursos humanos e alunos em termos quantitativos, mostra-se pertinente a referência à oferta formativa, educativa e projetos de parcerias de que o Agrupamento dispõe. Isto, para se ter não só uma noção mais precisa acerca da importância que a instituição assume no meio onde se insere, mas também acerca da forma que se enquadra em todo o contexto envolvente.

2.2.1. Oferta formativa e educativa do AE Maximinos

Fruto das medidas previstas no contrato de autonomia do Agrupamento e do seu enquadramento no projeto TEIP, a diversificação da oferta formativa é bastante vasta e traduz-se atualmente pelo ensino pré-escolar e 1º ciclo, 2º e 3º ciclo do ensino básico, que conta com o ensino articulado de dança para os dois ciclos e o articulado de música também para o 3º ciclo. Ao nível do ensino secundário a oferta distribui-se pelos cursos Científico-Humanístico de Ciências e Tecnologias, de Línguas e Humanidades, de Ciências Socioeconómicas e Artes Visuais, embora estas duas últimas áreas não tenham estado disponíveis no ano letivo 2014/2015. Ao nível do ensino profissional, é oferecido o Curso Profissional de Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos, conforme podemos constatar na tabela 1.

Tabela 1: Síntese oferta educativa do AE Maximinos

Ciclo formativo	Oferta educativa e formativa
Pré-escolar	✓
1º Ciclo	✓
2º Ciclo	✓ Ensino Articulado da Música ✓ Ensino Articulado da Dança (Protocolo Ginásiano-Escola de Dança)
3º Ciclo	✓ Ensino Articulado da Música ✓ Ensino Articulado da Dança (Protocolo Ginásiano-Escola de Dança)
Ensino Secundário	✓ Curso Científico-Humanístico de Ciências e Tecnologias ✓ Curso Científico-Humanístico de Línguas e Humanidades ✓ Curso Científico - Humanístico de Ciências Socioeconómicas ✓ Curso Científico - Humanístico de Artes Visuais
Ensino Técnico/ Profissional	✓ Curso Profissional de Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos
*Agrupamento de referência para alunos cegos e de baixa visão	

2.2.2. *Projetos e parcerias do AE Maximinos*³

Para além desta oferta formativa, o AE Maximinos conta ainda com diversos projetos de desenvolvimento educativo com diferentes destinatários. Voltados para os alunos e famílias em geral, o agrupamento dispõe da Estação Meteorologia/ENEAS, do Gabinete do traje, do Projeto “Aprender e Inovar com as Tecnologias da Informação e Comunicação” (TIC), do Clube dos Pequenos Artesãos, da Companhia da Música, do Clube de teatro EB 2/3 Frei Caetano Brandão, do projeto “A Imagem da Matemática”, do Projeto 11CNJM, do projeto MaxiCiência, do Clube Robótica, da revista “O Andarilho”, do projeto Erasmus+, Programa internacional Eco-Escolas, do Clube Europeu, do Projeto FC, do Projeto Rádio, de Desporto Escolar, do Projeto de Educação para a Saúde e do Projeto +ATTITUDE 3G.

É neste contexto que o Agrupamento de Escolas de Maximinos projeta o seu rumo e desenvolve os seus projetos e parcerias essenciais para a prestação de um serviço público de qualidade. Para tal, não se pode deixar de salientar o importante contributo que o Serviço de Psicologia da instituição presta, pelo que, de seguida, far-se-á igualmente uma caracterização deste serviço para se poder compreender de uma forma mais precisa o seu papel neste projeto.

2.2.3. *Caraterização do Serviço de Psicologia no AE Maximinos*⁴

Segundo, o Regulamento Interno do AE Maximinos (Agrupamento Escolas de Maximinos, 2014), os objetivos e competências do serviço de psicologia assentam na premissa da construção de uma escola inclusiva.

Neste sentido, foi criado o GMOE no âmbito do Projeto Educativo da Escola, “Do Conhecimento à Cidadania Ativa”, surgindo assim a necessidade de ser contratada uma Psicóloga, inicialmente a tempo parcial e posteriormente a tempo integral, dadas as necessidades permanentes do Agrupamento.

O Gabinete, composto por três elementos, a saber: uma Psicóloga, Dra. Sónia Dias, que além de exercer as funções de Psicóloga do AE Maximinos é também coordenadora do GMOE; uma técnica de serviço social, Dra. Neusa Silva; e pelo representante da Educação Especial e da ação do GMOE, o professor João Pereira. Assim, o GMOE articula em parceria com os serviços de Apoio Educativo e Educação Especial do Agrupamento.

³ Em anexo apresenta-se informação mais detalhada acerca dos projetos e parcerias que o AE Maximinos tem atualmente em curso (anexo 8).

⁴ Para que o leitor compreenda em maior pormenor o funcionamento do Serviço de Psicologia (GMOE) do AE Maximinos encontra-se em anexo informação mais detalhada (anexo 9).

Para além da Psicóloga, existe ainda um pequeno grupo de estagiárias do Mestrado de Psicologia da Educação da Universidade Católica de Braga, que colaboram nesta equipa, a qual todos os anos tende a receber novas estagiárias.

O projeto de equipa é designado por Trabalho Educativo de Intervenção Articulada (TEIA), que visa o desenvolvimento de um trabalho de equipa, pela união das diferentes, mas complementares, áreas de formação técnica e profissional, com o objetivo principal de melhor e mais ajustadamente responder às situações-problema apresentados pelos alunos e famílias deste território educativo, promovendo a articulação entre recursos institucionais internos e/ou recursos e parcerias externas, contribuindo, desta forma, para a concretização dos objetivos que o Projeto TEIP3-FREI se propõe alcançar.

A atuação da equipa do GMOE, estende-se a todos os alunos, professores, pais e encarregados de educação do AE Maximinos, que necessitem de acompanhamento e/ou esclarecimento. O seu funcionamento conta com um horário específico estipulado para cada escola, de segunda a sexta-feira e dispõe de um espaço próprio em cada uma das diferentes escolas.

O gabinete encontra-se claramente identificado e integrado na comunidade escolar, pois possibilita o contacto entre a Psicóloga e os alunos no contexto onde estão inseridos. Para que se possam realizar as avaliações e intervenções, o GMOE possui recursos materiais como um computador com acesso à *internet*, no qual são elaborados documentos. Existe vários instrumentos de Avaliação Psicológica, manuais de avaliação e intervenção, entre outros como materiais de apoio à Orientação Vocacional, que se encontram ao dispor da equipa para o bom funcionamento do serviço (lista de instrumentos e materiais encontram-se em anexo 10). Sendo também possível encontrar no mesmo documento (10) os objetivos e competências do GMOE, como os programas desenvolvidos e dinamizados pela equipa ao longo do ano letivo 2013/2014, que vão desde programas de apoio individualizado aos alunos, à criação e desenvolvimento de programas de intervenção em grupo, quer com os alunos, quer com toda a comunidade escolar. Sendo possível ainda, visualizar no mesmo anexo (10), a distribuição dos horários das duas técnicas, no ano letivo 2014/2015, pelas sete escolas pertencentes ao AE Maximinos.

Após a caracterização do GMOE segue-se o levantamento de necessidades do Agrupamento efetuado pela estagiária e as propostas para colmatar algumas das carências encontradas.

2.3. Levantamento das Necessidades do AE Maximinos

Em cada contexto escolar são frequentes e diversificadas as necessidades e diferenças individuais. Por esse motivo, torna-se pertinente fazer uma avaliação inicial das necessidades, tendo como objetivo definir o modelo de intervenção e/ou programas a desenvolver nesse contexto (Taveira, 2005).

Assim, para cumprir tais objetivos, o levantamento de necessidades foi realizado no decorrer do pré-estágio, de forma a aferir previamente as áreas de intervenção prioritárias, possibilitando um cuidadoso planeamento das ações a realizar no estágio. Para o efeito, foram realizadas várias entrevistas junto de diversos profissionais: Psicóloga, Assistente Social Chefe dos Funcionários, Professora e Educadora de Infância (anexo 10). Através da reunião da equipa multidisciplinar de Professores do Agrupamento possibilitou o conhecimento e acesso a outras necessidades de intervenção. De modo a complementar o levantamento das necessidades, foi igualmente realizada uma pesquisa exaustiva, para se perceber se de facto tais necessidades correspondem às carências efetivas no Agrupamento. Assim, recorreu-se a diversas fontes de informação consideradas relevantes, tais como, análise de pedidos de encaminhamento de pais e professores.

Foi possível constatar que entre as principais prioridades do Gabinete de Psicologia constam, efetivamente, a consulta psicológica individual e as atividades de acompanhamento e orientação vocacional, desenvolvidas com os alunos do 9º, 10º, 11º e 12º ano de escolaridade.

Confirmou-se em congruência com os dados levantados e referenciados no Projeto *FREI* (principais objetivos para o ano letivo de 2014/2015), sendo imprescindível a intervenção ao nível do pré-escolar, de forma a tentar superar algumas dificuldades presentes nos alunos logo desde o momento de entrada na escola. Exemplo disso, são os diversos registos de falta de comportamentos autorregulados, denotando-se nos comportamentos sociais e emocionais desajustados, como alguma desmotivação escolar o que reflete no absentismo e abandono escolar levando futuramente ao insucesso escolar dos alunos. A falta de envolvimento dos familiares destas crianças nas questões relacionadas com a escola e sua desvalorização é significativa, e traduz uma lacuna evidente em termos de atenção e dedicação comparativamente a famílias que apresentam práticas parentais mais adequadas e desejáveis. Sendo então necessário intervir na educação parental, pais e/ou encarregados de educação dessas crianças. Uma intervenção familiar que compreenda a formação, o aconselhamento parental, a intervenção sistêmica e familiar na promoção de comportamentos mais ajustados e

competências socioemocionais, como possibilitar aproximação dos pais à escola, demonstrando a importância desta, incluindo e valorizando as diversas culturas existentes no contexto.

Devido às dificuldades apresentadas a nível de aprendizagem nos alunos do primeiro ciclo, torna-se necessário intervir logo no pré-escolar, concretamente, com alunos na fase de transição para o 1º ano de escolaridade. Sendo importante incrementar o vocabulário das crianças, desenvolvendo a sensibilidade destas para os aspetos fonológicos da língua materna, como promover nos alunos as competências prévias para a aquisição da leitura e da escrita. Torna-se ainda, essencial, familiarizar as crianças com o código escrito de forma a prevenir dificuldades na aprendizagem da leitura e da escrita.

É importante intervir na orientação vocacional dos alunos, uma vez que no Agrupamento é notória a imaturidade que os alunos apresentam, no que respeita à sua atitude de exploração e decisão relativamente ao seu futuro académico ou profissional. Tornando-se necessário intervir nestes aspetos logo no 4º ano de escolaridade por ser um ano de transição de ciclo, de modo a consciencializar desde cedo as crianças da importância do trabalho e profissão. Assim será importante identificar o nível de conhecimento e compreensão das crianças relativamente às diferentes atividades profissionais que existem e ao mundo do trabalho em geral, promovendo a tomada de consciência por parte das mesmas das diferentes profissões que conhecem ou desconhecem, como expandir os seus conhecimentos a esse nível. Portanto, é desejado que as crianças possam valorizar mais a escola, projetando o seu futuro, decidindo, que opção quererão tomar a nível profissional e pessoal quando adultos.

Já no segundo ciclo, há a necessidade de intervir, com carácter preventivo, na autorregulação da aprendizagem (hábitos e métodos estudo), de forma a auxiliar os alunos do 5º ano com estratégias facilitadoras de uma melhor adaptação às exigências deste nível de ensino. A falta de ajuda e acompanhamento parental, foi outra dificuldade diagnosticada neste nível de escolaridade, sendo que em alguns casos, os próprios pais e encarregados de educação, expressaram não se sentirem capazes para lhes prestar o devido apoio. Estas dificuldades têm o seu reflexo em termos de aproveitamento escolar, e ajudam a explicar, em parte, os consideráveis níveis de retenções neste ciclo que por inúmeras ocasiões estão relacionados com os níveis de absentismo, e mesmo de abandono escolar, com ocorrências que surgem desde logo no ensino pré-escolar. Este facto tem sido alvo de muitas reuniões da Equipa Multidisciplinar que procura encontrar estratégias que possam ajudar a reverter estas situações.

É ainda considerado crucial pela instituição a Orientação Vocacional dos alunos do 9º; 10º, 11º e 12º ano de escolaridade, sendo por isso, uma atividade a manter no serviço. Esta

atividade objetiva impulsionar os mecanismos de desenvolvimento vocacional e consequente tomada de decisão, que está inerente a este momento de transição.

Assim perante toda informação obtida, confirmada, analisada e operacionalizada concluiu-se que as problemáticas apresentadas, e de modo a colmatar o máximo de dificuldades possíveis, estariam relacionadas com a necessidade de implementação ao nível de:

Pré-escolar: (1) programa de intervenção competências socioemocionais visando o desenvolvimento de diversas competências pessoais (emoções, sentimentos e comportamentos), relacionais e interculturais nas crianças da sala dos 4/5 anos do pré-escolar da Naia, onde está inserido o maior número de população multicultural, abrangendo os respetivos pais/encarregados, a Educadora de Infância e a assistente desta; (2) programa de consciência fonológica para alunos de 5 anos do pré-escolar com o objetivo de alcançarem competências prévias para a aquisição na leitura e da escrita.

Primeiro ciclo: (3) programa para alunos do 4º ano de promoção do nível de conhecimento e compreensão por parte das crianças relativamente às diferentes atividades profissionais e ao mundo do trabalho em geral. Promover o trabalho de grupo e desenvolver aptidões para a vida real e compreensão do mundo dos adultos. Além disso, promover nas crianças a organização/gestão do tempo (trabalhar primeiro só depois brincar) sendo ainda importante, explorar os estereótipos de género;

Segundo ciclo: (4) programa para turmas do 5º ano de escolaridade no sentido de capacitar com competências de autorregulação na aprendizagem (hábitos e métodos de estudo) os alunos com dificuldade a esse nível; (5) uma ação de formação para pais/encarregados de educação desses alunos do 5º ano para incentivar as práticas parentais adequadas em casa e demonstrar a importância dos seus papéis nas condutas de estudo dos filhos;

Terceiro ciclo: (6) ao nível vocacional reconhece-se a pertinência em ser desenvolvido um programa que pretende incentivar os alunos de 9º ano para uma tomada de decisão vocacional consciente e envolvendo os respetivos encarregados de educação nesse processo;

Secundário: (7) orientação vocacional e profissional junto dos alunos do 10º, 11º e 12º ano de escolaridade de forma a orientar os alunos do ensino secundário para ingresso no ensino superior e/ou mundo do trabalho; (8) realização de atendimentos individuais a alunos que apresentam problemáticas que estão a dificultar a aprendizagem dos mesmos.

É importante referir que tais atividades foram divididas pela Psicóloga do GMOE e pelas três estagiárias de Psicologia da Universidade Católica, Braga, colocadas no AE Maximinos, de modo a colmatar o máximo de dificuldades possíveis. No terceiro capítulo apresentar-se-ão

com detalhe as atividades desenvolvidas pela estagiária Rosa Araújo. Contudo as distribuições destas atividades a nível cronológico poderão ser visualizada no cronograma de atividades (anexo 11).

Síntese

Em suma, e após a integração da estagiária no contexto de estágio, foi possível verificar que no AE Maximinos existe uma diversidade de problemáticas que envolvem e afetam os alunos, famílias, e de forma direta ou indireta o pessoal docente e não docente, bem como, de um modo geral a própria comunidade educativa. De facto, foram verificadas inúmeras necessidades presentes no Agrupamento, aferidas pela estagiária com recurso a diversos meios e fontes de informação, registando-se lacunas em quase todos os níveis de formação que fazem parte da oferta formativa do AE Maximinos.

Embora toda a estrutura organizacional e recursos humanos, existentes na instituição, trabalhem no sentido de procurar colmatar diariamente as dificuldades sentidas pelos alunos e famílias, particularmente ao nível da psicologia, a realidade é que não tem sido possível dar resposta a muitos casos. Tal facto poderá estar relacionado com a escassez de recursos humanos, visto o Agrupamento contar apenas com uma única Psicóloga no Serviço de Psicologia, que tem necessariamente de ir priorizando as situações por nível de urgência conforme vão surgindo nas sete escolas pertencentes ao AE Maximinos.

Frise-se que as circunstâncias específicas em termos contexto e realidade do Agrupamento permitiram que fossem criadas, conjuntamente com o Ministério da Educação, um conjunto de medidas e projetos, que visam, em última análise, colmatar as necessidades educativas existentes no AE Maximinos. Algumas dessas medidas foram evoluindo, recorde-se a celebração do Contrato de Autonomia e o programa TEIP2 iniciado em 2009 com o posterior enquadramento ao abrigo do programa TEIP3 já em 2012.

Importa ainda salientar, os relevantes e numerosos projetos e parcerias que o AE Maximinos tem em curso quer a nível interno, quer com outras instituições presentes no seu raio de abrangência e que visam uma ligação de proximidade no intuito de permitir a envolvência da comunidade educativa no processo de formação dos seus alunos.

No sentido de contribuir para este objetivo, e tendo em conta todas as necessidades anteriormente referidas, foram desenvolvidas, no âmbito do estágio curricular, os programas e as atividades de intervenção específicos que serão descritos no capítulo que se segue.

III. Capítulo: Atividades de Observação, Observação/Intervenção e Intervenção desenvolvidas no AE Maximinos

Durante todo o período de estágio, a estagiária teve oportunidade de efetuar ações de observação em diversas atividades desenvolvidas pelo GMOE, nomeadamente, atendimentos individuais e reuniões. Estas atividades, que serão retratadas de seguida, conjuntamente com outras, foram fundamentais para a intervenção em casos particulares.

Posteriormente, e ainda no âmbito do presente capítulo, é apresentado 2 casos de observação e diversas reuniões, será ainda descrita uma atividade de observação/intervenção na qual a estagiária participou. Serão, igualmente, expostos 2 casos de atendimento individual, 5 programas de intervenção em grupo, uma ação de formação para pais/encarregados de educação e um evento associado ao tema orientação vocacional.

A fim de manter a confidencialidade e anonimato dos alunos, respeitando o Código Ético e Deontológico dos Psicólogos, apenas serão apresentadas iniciais para designar os alunos nos casos de atendimento.

É possível constatar na Tabela 2, de modo mais sistemático, as atividades realizadas pela estagiária ao longo do ano letivo 2014/2015, possibilitando assim uma visão geral das dinâmicas desenvolvidas em estágio.

Tabela 2: Atividades desenvolvidas pela estagiária no ano letivo 2014/2015 no AE Maximinos

Atividades		
Observação	Observação /Intervenção	Intervenção
– Reuniões: – Reunião Equipa GMOE – Reunião CAFAP – Reunião com equipa Frei – Reunião Equipa do Projeto +ATITUDE3G da Cruz Vermelha – Reunião Equipa Técnica de Intervenção Educativa	– Projeto/jogo: – “Eu e os Outros “ (7º ano), Projeto + ATITUDE3G Cruz Vermelha	–Atendimentos individuais (2): – Caso aluno G. – Caso aluno F.
– Ação de Formação Projeto/jogo: – “Eu e os outros”		–Programa socioemocional (pré-escolar, 4/5 anos): <i>Dora, a exploradora vai envolver, participar e incluir!</i>

(continua)

Tabela 2 (continuação)

– Atendimentos individuais (2): – Caso aluno H. – Caso aluno N.	– Programa autorregulação da aprendizagem (hábitos e métodos de estudo) com 2 turmas do 5º ano: <i>Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!</i>
	– Ação de formação Pais/EE alunos 5º ano, sobre práticas parentais mais ajustadas: <i>Família+perto, caminhando para o sucesso!</i>
	– Programa de autoconhecimento, com 1 turma 5º ano: <i>Tu vales muito!</i> – Programa de Orientação Vocacional, em 3 turmas, do 9º ano: <i>A escolha certa!</i>
	– Organização do evento Orientação Vocacional (Feira das Profissões): <i>Com um pé no futuro!</i> – Programa de Orientação Vocacional do Ensino Secundário, 1 turma do 11º ano e outra do 12º ano de escolaridade: <i>Vamos embarcar numa viagem...ao mundo das profissões!</i>

3.1. Atividades de Observação

A observação é considerada um dos melhores métodos de avaliação e de aprendizagem que permite ao indivíduo adquirir competências necessárias para conduzir as atividades específicas da área de formação (Oliveira, 2005).

Assim, a estagiária teve oportunidade de acompanhar a orientadora de estágio, Dr.^a Sónia Dias, por um período de observação nas diversas atividades desenvolvidas pelo GMOE, que decorreram essencialmente entre o mês de outubro, novembro, dezembro e janeiro, contudo o período de observação em estágio se tenha prolongado, em tempo mais reduzido, até ao final do ano letivo.

Desta forma, seguidamente são descritas as atividades de observação realizadas pela estagiária, onde consta informação referente ao tipo, local e objetivos de cada uma dessas atividades. Assim, num primeiro momento referimo-nos a diversificadas reuniões e uma formação, posteriormente serão apresentados dois casos de observação individual. Estas diversas vertentes de atividades de observação são descritas consoante a ordem cronológica dos acontecimentos.

3.1.1. Reuniões

Ao longo de todo o estágio curricular, a estagiária esteve presente em várias reuniões, tendo, por vezes, um papel de simples observadora e por outras ocasiões, de observadora participante. Em seguida são expostas e descritas algumas dessas reuniões. As restantes não serão aqui descritas, por terem sido mais esporádicas, não tão relevantes e por questões relacionadas com limitações regulamentares em termos de extensão do presente documento. Apenas uma das reuniões aqui explanada foi realizada num local exterior ao AE Maximinos, a saber, na Escola Francisco Sanches – Braga.

Reuniões de Equipa GMOE

As reuniões da equipa do GMOE, realizadas durante todo o ano letivo 2014/2015 contavam, habitualmente, com a presença da Dra. Sónia Dias, Psicóloga do Agrupamento, por vezes da Dra. Neusa Silva, Assistente Social da mesma instituição e das estagiárias Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo. O local usual para a sua realização era a EB 2/3 Frei Caetano Brandão, no gabinete onde está sediado o GMOE, embora, também tivessem sido realizadas, ocasionalmente, no gabinete de Psicologia na Escola Secundária de Maximinos.

Inicialmente estavam previstas realizarem-se todas as segundas-feiras de cada semana, por volta das 10h30m, mas por motivos diversos, nem sempre foi possível a sua realização nesse horário, havendo sido reagendadas para outros momentos. Cada reunião, por norma, durava entre uma a duas horas. Sempre que tal sucedia, e havendo urgência em debater alguns assuntos, cada estagiária solicitava um encontro com a Orientadora de estágio, de forma individual, tendo em conta a disponibilidade da Psicóloga do Agrupamento.

A primeira reunião teve lugar a 8 de outubro de 2014 e a última no dia 28 de julho de 2015, tendo sido realizadas, sensivelmente, um total de 28 reuniões.

Estas reuniões visavam sobretudo o planeamento da intervenção nas turmas, a implementação dos respetivos programas e partilha dos pontos de situação de todos os projetos programas e/ou atendimentos individuais.

A realização destas reuniões mostrava-se de extrema importância para as estagiárias, pois possibilitava o acompanhamento constante por parte da Orientadora de estágio. A permanente partilha de informação relativa a casos e assuntos da comunidade escolar entre as técnicas do GMOE, dava à estagiária conhecimento essenciais para entender todo o contexto educativo e a realidade dos alunos do AE Maximinos, o que contribuiu muito positivamente para a sua completa integração, enriquecendo bastante todo o estágio curricular.

Reunião Centro de Apoio Familiar e Acolhimento Parental (CAFAP)

Houve a oportunidade da estagiária estar presente numa reunião que se realizou no dia 20 de outubro de 2014, às 10 horas, com término às 13h30m, no gabinete do GMOE, EB 2/3 Frei Caetano Brandão, do AE Maximinos, com o técnico do CAFAP, Dr. Nuno Pires, onde também estavam presentes a Psicóloga, a Dra. Neusa Silva e as estagiárias Ana Luísa, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo.

O C.A.F.A.P. é uma instituição que objetiva essencialmente intervir no contexto familiar, ajudando as famílias a criarem condições e a potencializarem os recursos necessários à manutenção das crianças e jovens nos seus agregados de origem (CAFAP, 2015).

Esta reunião visou uma partilha de informação relativa a casos de alunos que frequentavam o AE Maximinos no ano letivo 20014/2015 e os quais, eram acompanhados pelo CAFAP e pelo GMOE. Estes alunos encontravam-se em situação de maior vulnerabilidade e/ou em risco de institucionalização. Os técnicos tinham como principal preocupação, reunir soluções e esforços com vista a evitar tal desfecho, promovendo a reunificação familiar, auxiliando as famílias a gerarem condições e recursos necessários para manterem as crianças no seio familiar.

Deste encontro, destaque-se o nobre objetivo comum de promover o bem-estar global dos jovens, de forma que estes não corram riscos e se sintam protegidos e integrados nos vários contextos onde interagem. A complementaridade de informação entre diferentes organismos e instituições patentes nesta reunião permitiu a promoção de uma intervenção mais coesa e direcionada, mostrando que, efetivamente, a cooperação é realmente um dos pilares que sustém a atividade do Psicólogo.

Reunião com Equipa do Projeto Frei

No dia 18 de novembro de 2015 decorreu entre as 10 horas e as 12h30m uma reunião no Centro Escolar da Naia, na Biblioteca, na qual inicialmente estaria prevista a presença da Psicóloga Dra. Sónia Dias, mas por motivos de saúde, tal não foi possível. Assim participaram desta reunião, o Professor João Pereira (responsável pela ação do GMOE e professor do Ensino Especial), a Dra. Neusa Silva (Técnica do Serviço Social) e a estagiária Rosa Araújo.

Esta reunião visava a partilha de informação relativa a alguns casos particulares de alunos, referenciados para acompanhamento por parte da Educação Especial. Entre esses casos, destaque-se o de uma menina de etnia cigana com 11 anos, que se encontrava a frequentar o 3º ano de escolaridade, mas que apresentava níveis de competências ao nível do 2º ano. Revelava

défice cognitivo abaixo da média, comparativamente com alunos dentro da mesma faixa etária, tendo um QI de 71. Possuía um adiamento de matrícula e uma retenção. Foram ainda referidos os casos dos alunos H. e G., alunos que demonstravam bastantes dificuldades de aprendizagem e deveriam ser alvo de avaliação por parte da Psicologia e da Educação Especial para verificar a necessidade a possível integração dos dois alunos nas NEE.

Além disso, também foi mencionado, o elevado número, cerca de 50 alunos, de casos de alunos do Centro Escolar da Naia (pré-escolar e primeiro ciclo) tendo sido referenciados para apoio por parte do GMOE no ano letivo 2013/2014. As problemáticas assinaladas prendiam-se com questões emocionais, motivação escolar, comportamentos desadequados, autoconfiança, autoestima, discursos pobres, contextos não favoráveis à aprendizagem, assiduidade e pontualidade.

Foi ainda debatido na reunião o pedido de informação de alunos, formalizado pela Câmara Municipal de Braga (relacionado com uma reunião na Escola Francisco Sanches, posteriormente relatada). Entre as informações solicitadas por este órgão administrativo, estavam o número de casos de alunos com NEE, o nível socioeconómico, os casos de abusos sexuais, valências familiares, entre outras problemáticas. Contudo, os presentes analisaram os pontos da ficha fornecida pela Câmara Municipal e, após contato telefónico com a Direção do AE Maximinos, consideraram que, no momento, não seria oportuno o envio de tais dados, por serem assuntos de extrema sensibilidade, e sigilosos, para se partilharem com entidades externas ao AE Maximinos.

As reuniões da Equipa do Projeto Frei foram muito produtivas e possibilitaram à estagiária uma maior compreensão acerca da ligação entre a Psicologia e a Educação Especial. Perdurou a noção que, devido a todas as especificidades que habitualmente acompanham estes casos, o encaminhamento de um aluno para acompanhamento por parte da Educação Especial, não deverá ser impeditivo para o seu acompanhamento por parte da Psicologia, mas que ambas devem agir em complementaridade.

Reunião Equipa Técnica de Intervenção Educativa

No seguimento do que já fui mencionado no ponto anterior, no dia 12 de novembro de 2014, entre as 15h00m e as 18h00m, decorreu na Escola Francisco Sanches em Braga uma reunião de Equipa Técnica de Intervenção Educativa Esta reunião fora promovida pela Câmara Municipal de Braga e pela Professora Teresa Barbosa da Escola Francisco Sanches. Estiveram presentes representantes de todos os Agrupamentos de Escolas do Concelho de Braga.

O objetivo consistia na recolha de informação relativa ao número de alunos do Concelho de Braga, aos quais estavam referenciados com NEE e casos de alunos com nível socioeconómico muito baixo e/ou com extremas dificuldades. Assim, os objetivos desta reunião visavam: 1) Sinalizar crianças/jovens que não usufruíam de apoio familiar; 2) Sinalizar e monitorizar casos problemáticos prioritários complexos; e ainda, 3) Orientação de crianças/jovens de forma a proporcionar percursos escolares e de vida em consonância com os direitos constitucionais.

Desta forma, os dados recolhidos visavam a implementação de um Projeto de intervenção que pretendia esbater estes impactos e possibilitar percursos escolares e de vida adequados à idade das crianças.

Esta reunião teria continuidade nos inícios de janeiro de 2015, com todas os presentes, de forma a estruturar uma lista de acordo as informações recolhidas. Contudo, a estagiária desconhece que tal reunião tivesse ocorrido.

Julga-se que nunca é demais conjugar esforços no sentido de dar resposta a um problema das famílias, escolas e sociedade, sendo importante este tipo de cruzamento de dados para ser possível colocar em prática projetos que possam ser mais eficazes na intervenção e no melhoramento de vida das crianças/jovens.

Reunião Equipa Projeto+ATITUDE 3G da Cruz Vermelha

Nesta reunião, realizada na escola Frei Caetano Brandão, AE Maximinos participou a equipa do GMOE (Dra. Sónia Dias e a Dra. Neuza Silva), os técnicos da Juventude Cruz Vermelha de Braga, do Projeto+ATITUDE 3G, Luís Saldanha, animador do projeto e Vanda Araújo, técnica do projeto. Estaria prevista ainda a comparecimento do Dr. João Gomes, coordenador do projeto, mas tal não se veio a verificar. Nesta reunião, também estiveram presentes as estagiárias Ana Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo.

Num primeiro momento da reunião foram partilhadas informações de casos de alunos do Agrupamento, mais propriamente da Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão, nos quais a Equipa deste projeto intervém e que também estão referenciados no GMOE. Trata-se de casos problemáticos que as técnicas, Psicóloga e Assistente Social, acompanham ou, em tempos, acompanharam.

Além disso, foi apresentado o Projeto+ ATITUDE 3G às estagiárias no qual os mesmos trabalham. Trata-se de um projeto que iniciou em março de 2013 e está previsto a sua duração até o mês de fevereiro de 2016. Encontra-se a ser implementado em quatro escolas do Ensino

Básico do centro de Braga, nomeadamente, na EB 2,3 André Soares, EB 2,3 Francisco Sanches, EB 2/3 Frei Caetano Brandão e EB 2,3 de Real. O projeto envolve também dois lares de infância e juventude, nomeadamente, o Colégio de São Caetano e as Oficinas S. José, ambos sítios em Braga. Tal projeto envolve cerca de 980 alunos e objetiva a prevenção do consumo de substâncias psicoativas pelos jovens, procurando minimizar os fatores de riscos e potenciar alguns fatores de proteção aos jovens facilitando estratégias para que possam, futuramente, resolver os seus próprios problemas. Para isso, têm a intenção de envolver toda a comunidade educativa, desenvolvendo alguns programas, ações de formação, como desenvolver jogos para os alunos, apoiar no estudo dos alunos, entre outros. Por norma, os técnicos têm ajuda de outros colaboradores como voluntários.

Esta reunião objetivava ainda, a partilha das necessidades identificadas por parte dos técnicos no Agrupamento, em uma turma do 6º ano e duas turmas do 7º ano da escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão. Teriam sido detetados algumas características em comum nos alunos, como: problemas de relacionamento interpessoal e de grupo; comportamentos e atitudes menos impróprias, dificuldades de concentração nas atividades letivas; participação desorganizada; dificuldade no cumprimento das regras estabelecidas; na organização e métodos de trabalho em contexto de sala de aula; baixa e/ou exagerada autoestima (dependendo dos alunos); inibição em expressar opiniões e sentimentos; sentimento de dificuldades em expor, refletir e aceitar os possíveis perigos inerentes à adolescência.

Detetando assim a necessidade da implementação do projeto, que consiste num jogo (história) interativo (*PowerPoint*) nas referidas turmas, acreditando que ao serem trabalhadas temáticas da adolescência, onde os alunos pudessem expor, refletirem e aceitar opiniões. Em assuntos como os perigos inerentes a um novo relacionamento do adolescente com o elemento do sexo oposto e que ainda lhe é de todo desconhecido, bem como o consumo de substâncias psicoativas, doenças sexualmente transmissíveis, violência no namoro, fidelidade entre pares/amigos, medos e expectativas, uso do telemóvel e da *Internet*. As regras e cuidados a terem perante algumas destas situações, iria contribuir para a promoção da saúde e para o crescimento e formação pessoal destes adolescentes.

As estagiárias foram, então, convidadas a formar uma parilha com um dos técnicos para implementação do projeto em cada turma. Terminada a reunião, ficou em acordo novos contactos entre os técnicos e as estagiárias, para serem acertados alguns pormenores do tal projeto a implementar no Agrupamento.

Esta reunião foi extremamente proveitosa, pois foram abordados aspetos fulcrais do exercício da Psicologia, nomeadamente em termos preventivo e remediativo. Conforme fora anteriormente mencionado no Perfil do Psicólogo, o Psicólogo Educacional/Escolar têm sempre impacto ao nível da ação preventiva e remediativa, pois o objetivo último é promover o desenvolvimento e a aprendizagem dos jovens, minimizando os problemas atuais e/ou futuros.

Seguidamente apresentamos a ação de formação deste projeto/jogo, que as estagiárias tiveram de frequentar para a intervenção do mesmo e onde o leitor poderá compreender qual os objetivos inerentes a tal projeto.

3.1.2. Ação de Formação “Eu e os Outros”

O convite da Cruz Vermelha Portuguesa de Braga, e conforme as necessidades do AE Maximinos e em seguimento da reunião anterior, a estagiária foi formanda numa ação de formação, a fim de poder implementar o projeto de intervenção “Eu e os Outros”. Este projeto/jogo é pertença do Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (SICAP), Ministério da Saúde de Portugal, e apoiado pela Direção-Geral da Educação e pela União Europeia, através do Fundo Social Europeu com diversas parcerias como o Instituto Português da Juventude e a Plataforma Contra a Obesidade.

O grande objetivo do projeto/jogo visa promover uma dinâmica e reflexão em grupo de alunos sobre temáticas da fase da adolescência. Ao criar uma dinâmica de grupo de forma interativa, possibilita de modo descontraído e lúdico abordar questões sensíveis entre os adolescentes, pretendendo que haja um crescimento pessoal e social nos jovens.

Assim, decorreu a ação de formação na sede da Juventude Cruz Vermelha Portuguesa – Delegação de Braga, nos dias 10, 15 e 16 de dezembro de 2015. Para a referida ação foram dispensadas duas tardes, entre as 14:30h e as 17:30h e o último dia, desde as 9:30h/12:30h e as 14:30h/17:30h, perfazendo assim o total de 12 horas de formação, onde estavam presentes, sensivelmente, 16 formandos.

Esta formação visava apresentar o respetivo projeto/jogo, os objetivos, o seu funcionamento, os destinatários e as 9 narrativas das histórias disponíveis (1ª Cresce e aparece; 2ª Amizade; 3ª Escola; 4ª Família, 5ª Amores e desamores; 6ª A lei e as drogas; 7ª Contexto recreativo; 8ª O futuro; 9ª Os problemas que espreitam por detrás do álcool). Expor o que retratava cada história, as características das 8 personagens, 4 raparigas: Sabrina (Beta), a Maria (*Freak*), Alice (*Fashion*) e a Catarina (Gótica), e 4 rapazes: Jamal (surfista), Emanuel (*Nerd*), Patas (*Dred*) e o Daniel (estrangeiro), que faziam parte do elenco de algumas das histórias.

A seleção da história foi realizada de forma que a sua aplicação fosse congruente com as necessidades detetadas em todas as escolas, ou seja, “Amores e desamores”. Permitiu, ainda, a partilha do material necessário para a aplicação do jogo “Eu e os Outros”.

Esta formação foi pertinente para a preparação dos mediadores na implementação do programa. Também se julga que se trata de um projeto muito bem concebido, que vai ao encontro do objetivo, envolvendo os jovens, consciencializando-os dos problemas atuais na sociedade e dos riscos associados.

Apresentadas as observações realizadas nas reuniões, de forma sintetizada, passaremos a outro tipo de observação, atendimentos individuais.

3.1.3. Observação atendimentos individuais

A relação entre psicólogo e utente não depende apenas das técnicas de intervenção, que embora necessárias, tornam-se vazias sem a dimensão humana e sem uma reflexão profunda e ampla. A relação de ajuda depende sobretudo da disponibilidade, por parte do Psicólogo, para um encontro verdadeiro (Callieri,1999).

Enquadradas nas atividades de observação, a estagiária teve oportunidade de acompanhar o atendimento de alguns casos individuais de alunos. No presente relatório, a estagiária propôs-se a descrever dois desses casos, o caso H. e o caso N., respeitando esta ordem por ser condizente com a sequência da realização dos atendimentos. Esta seleção foi natural e está relacionada com o maior número de observações efetuadas neste dois casos, sendo que noutros, as observações ocorreram de forma mais pontual e com menor regularidade.

Antes, será importante mencionar que as identificações dos casos serão apresentadas através das iniciais, de modo a manter a confidencialidade e anonimato, não quebrando deste modo o código de ética e deontológico. Passamos então ao primeiro caso de observação em contexto de estágio, o H.

3.1.3.1. Descrição do caso H.

Identificação

Tabela 3: Dados biográficos e escolares de H.

Nome	H.
Sexo	Masculino
Data de Nascimento	16-01-2007
Idade	7 anos
Escola	Centro Escolar da Naia
Nível de Educação/Ensino	1º ciclo
Ano de escolaridade	2º ano
Número de retenções	Não tem

Motivo do encaminhamento

No intuito de ser averiguar a necessidade de adequação de medidas de apoio constantes do DL 3/2008, foi efetuado um pedido, pela Professora Titular de Turma, para ser realizada uma avaliação psicológica ao H. Este pedido foi formalizado ao GMOE a 10 de outubro 2014, através dos procedimentos habituais da escola (Ficha de Encaminhamento). Surgiu na sequência de o H. continuar a manifestar elevadas dificuldades na aquisição de conhecimentos, detetadas desde o 1º ano de escolaridade, sobretudo na área de Português e de Matemática. O aluno demonstrava também dificuldades ao nível de concentração, fala, compreensão, realização e conclusão de exercícios, e ainda, nas capacidades de motricidade global. Algumas das dificuldades eram congruentes com o referenciado no Processo Individual do Aluno através dos Relatório de Avaliação de Desenvolvimento Global (pré-escola), avaliação da Terapia da Fala e Terapia Ocupacional. As dificuldades que o aluno revelava no processo de ensino-aprendizagem repercutiam-se no fato de o aluno, embora estivesse nesse momento a frequentar o 2º ano de escolaridade, ainda se encontrava a trabalhar conteúdos programáticos do 1º ano de escolaridade.

Posto isto, numa fase posterior, após a análise do pedido, foi decidido por parte da Psicóloga que seria pertinente realizar a avaliação solicitada. Apresentamos assim, os dados processuais de atendimento neste caso.

Tabela 4: Dados processuais de atendimento de H.

Psicóloga	Dra. Sónia Dias
Motivo de encaminhamento	Avaliação cognitiva
Problemática	Dificuldade em aprender
Local do atendimento	Centro Escolar da Naia
Data início da avaliação	21 de outubro de 2014
Data fim da avaliação	28 de outubro de 2014
Número de sessões realizadas com o aluno	2
Duração de cada atendimento	35 minutos
Reunião com a mãe/ encarregada de educação	2
Atendimento com a Professora Titular da Turma	2
Professor do Ensino Especial	1

História familiar

A família do H. é de um nível socioeconómico e sociocultural baixo. O H. vive com os pais, sendo filho único do casal. O pai com 35 anos de idade trabalhava como Técnico de Cinema (a nível intermédio das atividades culturais e artísticas), por conta de outrem. Quanto à mãe, tinha 47 anos e estava desempregada. Em termos de escolaridade, ambos os pais, tinham

o 12º ano. Devido à situação profissional da mãe, era esta quem acompanhava o H. à escola, uma vez que moravam sensivelmente perto. A mãe ia buscar o H. na hora do almoço para que este fizesse as refeições em casa. Quanto ao que foi possível apurar, ambos os pais eram atentos ao desenvolvimento do aluno, contudo em alguns aspetos como na questão da higiene a mãe não proporcionava a autonomia necessária e que seria expectável para um desenvolvimento positivo do aluno. As atividades em família não eram muitas, sendo que ao fim semana o aluno jogava futebol com o pai e mãe (em casa), via desenhos animados, ajudava a mãe nas limpezas domésticas e brincava no parque. Os fins-de-semana eram exclusivamente passados com a família nuclear.

História de desenvolvimento

Segundo os dados de anamnese fornecidos pela mãe em entrevista realizada a 16 de janeiro de 2015, há a salientar o seguinte: H. foi fruto de uma gravidez desejada e planeada, com assistência médica. Nasceu após 39 semanas de gestação mediante parto por cesariana, com o peso de 3 520 g e 51 cm de comprimento. O índice de *Apgar* ao 1.º minuto e no 5.º minuto foi 10. Às 48h do seu nascimento o H. foi para a incubadora por apresentar sinais de desidratação (por falta de leite materno). Em relação ao período pós-natal, o H. foi alimentado sem recurso a leite materno. Quanto ao desenvolvimento motor, o H. iniciou a marcha (gatinhar) por volta dos 2 anos e alguns meses. Passava o tempo deitado, pois numa outra posição caía. A aquisição de linguagem foi tardia, pois expressou as primeiras palavras por volta dos 3 anos (antes só produzia sons). Aos 3 anos fez rastreio auditivo, mas com resultado negativo. Quanto à capacidade visual não se registou nunca anomalias. No que respeita à sua saúde, até aos 2 anos fez frequentes amigdalites e uma bronquiolite, não havendo mais dados dignos de registo após essa idade, mantendo-se, desde então, uma criança saudável.

Quanto ao que pudemos constatar no Processo do Individual do Aluno (PIA), há dados clínicos que referem que o H. começou a fazer Terapia da Fala por volta dos 3 anos (27 de março de 2010) devido ao atraso no desenvolvimento de linguagem. Um ano mais tarde (julho de 2011) com 4 anos de idade o aluno iniciou a Terapia Ocupacional, devido ao atraso de desenvolvimento psicomotor.

Segundo relatório clínico do Hospital datado de 06/05/2013 (com 6 anos), o H. ainda continuava a ser acompanhado em consulta de Medicina Física e de Reabilitação devido ao atraso de desenvolvimento psicomotor e da linguagem, efetuando novamente tratamentos na Terapia Ocupacional e Terapia da Fala. Em 06/06/2014, há novamente um pedido através de

uma credencial de Medicina Física e de Reabilitação para continuidade da frequência da Terapia Ocupacional. Na sua base estariam ainda as dificuldades: destreza manual, aquisição de conhecimentos por déficit de atenção, memorização e sistematização das aprendizagens. Então, já com 7 anos o H. frequentou novamente a Terapia Ocupacional sensivelmente durante 3 meses, desde 6 de junho de 2014 a 19 de setembro de 2014.

Segundo outra credencial de Medicina Física e de Reabilitação, de 11/07/2014, houve um novo pedido de frequência para a Terapia da Fala, pois H. demonstrava ainda necessitar de estimulação fonológica, semântica e morfosintática, por apresentar um “Atraso Grave de Desenvolvimento da Linguagem”. Sendo ainda pedido uma avaliação pelo Pedopsiquiatria por haver suspeita de algum tipo de limitação cognitiva que estivesse a condicionar a aquisição de conhecimentos, manifestando falta de memória e pouca capacidade de concentração. A sua família, preocupada com as dificuldades de linguagem evidenciadas e apresentadas nas credenciais, aos 7 anos de idade do H. procuraram novamente ajuda de Terapia da Fala. O aluno foi acompanhado pela técnica no período compreendido entre 11/07/2014 a 15/08/2014, usufruindo de cerca de 1 mês, de apoio pela profissional. Contudo, o aluno deixou de ser seguido pelas consultas da Terapia da Fala, Terapia Ocupacional e Pedopsiquiatria.

Através da entrevista com a mãe, o H. mantinha um sono considerado normal e adequado, dormindo 10 horas por noite. Alimentava-se adequadamente e fazia as 5 principais refeições diárias. A higiene não era autônoma, tendia a pedir ajuda à mãe e esta retribuía o pedido. A mãe foi orientada na reunião, pela Psicóloga, a retirar esta ajuda, no intuito de dotar o H. de uma maior autonomia nessas tarefas.

História Escolar

Em relação ao percurso escolar, o aluno começou a frequentar o Jardim de Infância da Associação Maconde, em Braga, aos 20 meses de idade. Segundo o Relatório de Avaliação de Desenvolvimento Global formalizado pela Educadora de Infância, de 13/05/2013, o H. (com 6 anos) apresentava sempre um desenvolvimento muito aquém do esperado para a sua idade, sendo o domínio da oralidade aquele em que o aluno revelava mais dificuldades, pois não era capaz de articular corretamente muitas palavras ou construir frases muito simples.

O seu vocabulário era muito reduzido sendo por vezes difícil compreender as palavras que proferia, detinha dificuldade em manter os diálogos e não ordenava a sequência dos acontecimentos. Na orientação espaço temporal tinha dificuldades em identificar várias posições espaciais assim como compreender o antes, o agora e o depois. Ainda foi possível

verificar no mesmo relatório que devido a todas as dificuldades presentes em setembro de 2012 (o aluno com 5 anos) a Educadora havia reunido com o pai e a Diretora Técnica da Instituição para sugerir que fosse realizado um atendimento especializado por parte da Psicologia.

Depois de refletirem sobre o assunto, os pais decidiram por um acompanhamento psicológico a nível particular. Tendo sido realizada por parte da Psicóloga, uma avaliação cognitiva ao aluno (com 6 anos), onde consta, no Relatório de Avaliação datado a 11 de maio de 2013, que o mesmo apresentou as seguintes dificuldades: percetivo-espacial, memória de trabalho, memória viso-espacial e memória auditiva, dificuldades ao nível do raciocínio analógico, resolução de problemas e organização percetiva.

O aluno foi sujeito, por parte da mesma Psicóloga, a uma avaliação da leitura/escrita, tendo o aluno apresentado dificuldades nos dígitos, pseudopalavras e evocação de mais de 3 palavras. A par das dificuldades apresentadas, junto com as de realização e concretização das tarefas, a Psicóloga sugeriu aos pais ponderarem com a alternativa de adiamento de matrícula do H. para o 1º ano de escolaridade. Devido a tais dificuldades e ao parecer da Psicóloga, foi requerido o adiamento da matrícula do H. para ingressar no 1º ano de escolaridade. Apesar das dificuldades aparentes, o processo veio indeferido pelo despacho S/7584/2013, de 26/07/2013, do Delegado Regional de Educação da Região Norte com a justificação de não serem visíveis indicadores de limitações significativas à funcionalidade do H. que fundamentassem a exceção da medida. Passou a frequentar o 1.º ano no Centro Escolar da Naia no ano letivo de 2013/2014. Conforme foi possível verificar através da entrevista com a Professora Titular de Turma e dos registos de avaliação do 1.º, 2.º e 3.º períodos, do ano letivo 2013/2014, o H. obteve a menção qualitativa de “Não Satisfaz” nas áreas curriculares de Português e Matemática.

Atualmente e encontrando-se o aluno no 2.º ano de escolaridade (2014/2015) este vinha a beneficiar de apoio educativo desde o início do ano letivo, num total de 4 horas semanais, para desenvolver conhecimentos referentes ao 1.º ano de escolaridade. Na ficha de avaliação trimestral do 1.º período letivo havia registado nas áreas curriculares de Português e Matemática a menção qualitativa “Insuficiente”.

Assim no que respeita à leitura e escrita, o aluno embora conseguisse identificar alguns grafemas e ler alguns ditongos, necessitava soletrar e/ou enunciar letra a letra para formar sílabas e apenas conseguia ler palavras muito simples como “pai” ou “tio”. Conhecia o alfabeto (maiúsculo/minúsculo; manuscrito/impreso), mas não o dominava, ou seja, nomeava as letras de forma não automática e por vezes dizia que não se lembrava. Na escrita, era capaz de fazer

uma pequena cópia com letra regular, mas revelava muita dificuldade em escrever sob a forma de ditado.

Ao nível da matemática, o aluno também apresentava muitas dificuldades, necessitando de orientação constante e apoio individualizado por parte da professora. Neste campo, e no que diz respeito ao cálculo, o H. identificava mas não dominava os números até 19. Por vezes ficava muito tempo a tentar recordar-se do número. Apresentava muitas dificuldades na realização de situações problemáticas simples que envolviam a adição e subtração, embora conseguisse dominar o conceito de mais/menos.

Descrição da intervenção e perfil psicológico do H.

Para dar início ao processo, foi determinado um plano inicial de intervenção, objetivando a criação de uma relação empática entre a Psicóloga e o H., o levantamento da história pessoal e escolar do aluno, a aplicação de um instrumento de avaliação cognitivo, nomeadamente a WISC-III (Wechsler, 2003), escala de inteligência de *Wechsler* para crianças dos 6 aos 16 anos de idade.

Note-se, que para reunir o máximo possível de informação relevante, foi pertinente a realização de uma reunião entre a Psicóloga e a Professora Titular de Turma, onde pudesse obter informações importantes e de modo mais aprofundado. Nomeadamente, a fim de perceber melhor a história desenvolvimento, familiar e escolar do aluno, foram recolhidas no dia 16 de janeiro de 2015 outras informações, prestadas pela mãe do H. (referidas na história do aluno).

Nos atendimentos com o H. a Psicóloga manteve sempre o cuidado de ir, pessoalmente, buscar o aluno à sala de aula, sendo um procedimento que habitualmente adotava, especialmente nos casos de alunos do 1.º ciclo. Estava estipulado que o tempo de cada sessão com o aluno para não excedesse os 35 minutos, correspondente ao bloco de aulas de uma disciplina dos alunos do primeiro ciclo. Esta norma informal devia-se ao facto dos alunos, habitualmente, serem retirados de determinadas aulas para se deslocarem às consultas de Psicologia. No entanto, refira-se que sempre existiu o devido cuidado para que tal sucedesse em disciplinas cuja ausência fosse o mais amenizada possível, com consequências menos gravosas para o aluno e para a sua aprendizagem. Os atendimentos decorreram na sala dos professores da mesma escola que o aluno frequentava, ou seja, no Centro Escolar da Naia. O objetivo para o primeiro atendimento visava estabelecer a relação com o H., a recolha de informação e iniciar a aplicação da WISC.

No primeiro atendimento, assim que o H. entrou no gabinete, foi claramente perceptível a sua apreensão, mostrando-se confuso com toda a situação, aparentando não ter conhecimento acerca do que iria acontecer nem do motivo pelo qual estava na presença da Psicóloga. Assim, nesse momento inicial, de modo a descomprimir a tensão que se imponha naquele instante, a Psicóloga perguntou-lhe como se encontrava e convidou-o a sentar-se. Logo apresentou a estagiária, questionando-o se daria a sua permissão para que a mesma pudesse observar o atendimento. Assim, a Psicóloga promoveu um diálogo com o H. com intuito de lhe explicar que iriam fazer uns jogos que, por norma, as outras crianças gostavam de fazer, para demonstrarem o quanto já aprenderam. Depois de ter havido esse diálogo inicial para promover a relação terapêutica e reunir algumas informações do aluno através de uma pequena entrevista, de seguida a Psicóloga procedeu à aplicação dos primeiros subtestes da WISC (*Complemento de Gravuras, Informação, Código, Semelhanças e Disposição de Gravuras*).

Quanto ao 2º atendimento, este objetivou finalizar a aplicação do instrumento, WISC, os restantes subtestes (*Aritmética, Cubos, Vocabulário, Composição de Objetos, Compreensão*, e os subtestes opcionais, *Pesquisa de Símbolos, Memória de Dígitos e, Labirintos*). Foi solicitado que numa folha A4 em branco, escrevesse o título “A minha família” e de seguida desenhasse a sua família. Esta atividade visou avaliar as relações familiares, permitindo detetar eventuais dificuldades ao nível da adaptação ao meio familiar e ainda, permitiu avaliar a motricidade fina do aluno. Assim, o aluno desenhou: a relva, o sol, nuvens, prédio com chaminé e fumo, as janelas e porta. No interior da casa estavam os pais e o H. No exterior da casa era visível a autocaravana (que o avó oferecera ao pai) com uma grade onde o pai e a mãe colocavam as bicicletas. Desenhou, ainda, o parque com o escorrega e os baloiços. Conclui-se assim, pelo desenho, que o H. retratou a normalidade da vida familiar, ou seja, onde a maior parte das vezes está em casa com os pais, e por vezes sai para ir ao parque. A autocaravana encontra-se estacionada perto da casa, para viajar, como no caso das férias. Ao nível da motricidade fina foi perceptível verificar a dificuldade que o H. mostrava em segurar no lápis e movimenta-lo para realizar o desenho.

Através da aplicação da WISC-III, tendo o aluno no momento da avaliação a idade cronológica de 7 anos, 9 meses e 5 dias, aferiu-se, da análise quantitativa dos resultados, a presença de um desenvolvimento cognitivo global abaixo do esperado para a idade do H. quando comparado com crianças da sua faixa etária, ou seja, apresentava um QI de 67, o que o colocava numa escala qualitativa de nível *muito inferior*, sendo que o QI de realização (88) é superior ao QI verbal (72), conforme é possível verificar nas seguintes tabelas (5 e 6).

Tabela 5: Resultados obtidos nos subtestes da WISC-III no caso H.

Subtestes	Resultados brutos	Resultados Padronizados				
		Verb.	Real.	CV	OP	VP
Completamento de gravuras	10		7		7	
Informação	4	4		4		
Código	38		9			9
Semelhanças	0	4		4		
Disposição de Gravuras	4		4		4	
Aritmética	4	3				
Cubos	4		4		4	
Vocabulário	10	8		8		
Composição de Objetos	19		9		9	
Compreensão	7	10		10		
(Pesquisa de Símbolos)	6		(3)			3
(Memória de dígitos)	3	(1)				
(Labirintos)	15		(10)			
Soma dos resultados Padronizados		29	33	26	24	12
		62 Somatório da Escala Completa				

Tabela 6: Resultados obtidos na WISC-III no caso H.

	Resultado	QI/Índice	Percentil	<u>90</u> % Intervalo de confiança.
Verbal	29	72	3	68-81
Realização	33	88	21	82-97
Escala Completa	62	67	1	63-78
CV	26	76	6	71-85
OP	24	73	4	69-84
VP	12	77	6	73-91

Na análise dos índices fatoriais, verificou-se homogeneidade no seu desempenho quanto à *Compreensão Verbal* (76), *Organização Percetiva* (73) e *Velocidade de Processamento* (77), ou seja, situam-se nos limites *inferior* (70-79) face aos parâmetros normativos estabelecidos para a sua faixa etária.

Assim, denotam-se limitações ao nível da memória de trabalho, auditiva, imediata e episódica (nível dos conhecimentos gerais e específicos), capacidade de atenção, concentração e aprendizagem, coordenação viso-motora, rapidez psicomotora e planeamento, pensamento lógico abstrato e raciocínio (cálculo mental), análise e integração percetiva, capacidade de síntese e integração de conhecimentos, capacidade em identificar e discriminar carateres essenciais de não essenciais.

Como áreas com menos dificuldades destacam-se a rapidez e precisão, a capacidade de integração perceptiva (estratégia de resolução de problemas), o conhecimento do vocabulário, a memória visual e a organização perceptiva (censo prático).

Foi possível concluir que o aluno se encontrava sem dificuldades ao nível das qualidades mais práticas, de compreensão e de interesse, capacidade de antecipação e planificação através da visualização espacial, capacidade de associar números a símbolos e de memorizar corretamente essas associações (capacidade de aprendizagem “mecânica”, automatizada).

As limitações acentuadas do aluno poder-se-ão dever ao nível sociocultural, que é passível de ser considerado como uma barreira/dificuldade. Conforme se pode verificar, o aluno apresentou dificuldades de atenção consideradas significativas, intimamente relacionadas ao deficitário processo mnésico, especificamente, comprometimento do ciclo memorístico. Revelou, ainda, um ritmo diferenciado no processo de aquisição de conhecimentos, competências e lentidão, que terá implicações no seu desempenho escolar e desenvolvimento global.

Nas provas, apresentou dificuldades na orientação em relação ao tempo, não tendo consciência do dia, mês e ano em que se encontrava, bem como da data do seu aniversário. No entanto, parece-nos que esta se deve não apenas à falta de consciência propriamente dita, mas a uma falta de estimulação ambiental ajustada, promotora da aquisição destas informações. De salientar, as dificuldades ao nível da fala e linguagem, com implicações no processo avaliativo. Foi necessário repetir, em grande parte das provas apresentadas, as instruções para a realização das mesmas, o que indiciava que as suas dificuldades poderiam não ser apenas ao nível da compreensão e atenção, mas também da memória. Ao longo de toda a avaliação o H. apresentou um comportamento de alguma apatia, e lentidão, sendo características que o aluno habitualmente demonstrava em todos os seus contextos de vida. No entanto, com o decorrer das provas o aluno revelou-se cada vez mais colaborativo e empenhado, esforçando-se por agradar, realizando todas as tarefas solicitadas, não obstante a expressão das suas dificuldades.

Fundamentando-se nos resultados obtidos acima referidos, aliados ao desenvolvimento cognitivo *muito inferior* (QI 67) ao espectável para a sua faixa etária que comprometiam seriamente a sua aprendizagem, recorde-se o facto de o aluno no 2º ano de escolaridade ainda estar a trabalhar conteúdos próprios do 1º ano de escolaridade, o que, aliado à sua história de desenvolvimento e ao meio sociocultural onde o aluno se encontrava inserido, levou a Psicóloga a determinar a necessidade da referenciação do aluno para avaliação pela Educação Especial.

Tendo sido confirmado a elegibilidade, com base no Decreto-Lei 3/2008 de 7 de janeiro, para ser efetuada a integração do aluno nas NEE para o apoio pela Educação Especial.

Assim, para o efeito, foi reunida toda a equipa da qual fizeram parte a Encarregada de Educação, a Professora Titular Turma, a Professora de Apoio Educativo, a Psicóloga e ainda, o Professor de Educação Especial. Na referida documentação estava incluído, o Roteiro de Avaliação, o Relatório Técnico-Pedagógico e o Programa Educativo Individual do aluno, onde existia a indicação das medidas a implementar, a saber: a) Apoio pedagógico personalizado; b) Adequações curriculares individuais; e, d) Adequações no processo de avaliação.

Foi solicitado à mãe do H. para, sempre que possível, a família lhe proporcionasse atividades, como jogos, ou simples questões dos dias da semana, mês a data do seu aniversário, incentivando a leitura e escrita, para estimular o seu desenvolvimento cognitivo. Era importante que a família próxima ter atitudes de compromisso, apoio e relacionamento ao H., promovendo sempre a autonomia do aluno na sua vida diária e na sua aprendizagem. Foi sugerido ainda a continuação da frequência das consultas de Terapia da Fala e Terapia Ocupacional, devido às suas limitações.

Na escola, deveriam ser realizadas adequações curriculares a Português e Matemática, dando ênfase aos objetivos/descriptores de desempenho do 1.º ano não adquiridos, através da elaboração de materiais específicos para cada matéria que ajudassem o aluno a superar as suas dificuldades mais acentuadas. Adotando estratégias que privilegiassem a realização de exercícios específicos de raciocínio numérico, e de linguagem quer seja na vertente escrita ou de leitura. Deviam ser reforçadas as estratégias utilizadas na turma aos níveis da organização, do espaço e das atividades. Na sala de aula, o aluno deveria ocupar um lugar facilitador da atenção/concentração, e longe da janela, ou seja, em local com menor probabilidade de se distrair. Quanto aos pares, colegas e membros da comunidade apelou-se ao facto de continuarem a ter atitudes colaborativas individuais para com o H. Nos testes deveriam ser realizados ao nível da capacidade do aluno, em silêncio, de preferência da parte da manhã do dia.

É importante mencionar que foram cumpridos os objetivos para os atendimentos com o aluno, ou seja, estabelecer a relação psicóloga-aluno, recolha de informação e a aplicação da WISC. Os objetivos com a reunião entre a mãe e a Professora também foram cumpridos, sendo que foi realizado o levantamento de mais informações pertinentes para o caso em questão. O último objetivo, final, também se encontra cumprido, depois da avaliação cognitiva, foram confirmadas as limitações do aluno e, foi proposta e integrado em Educação Especial.

Em anexo (12), podemos visualizar as principais informações recolhidas do perfil psicológico do H.

Por fim é importante mencionar, que foi comunicado à estagiária pelo GMOE, que o acompanhamento do processo do H. não daria continuidade por parte da Psicologia, como acontecia na maior parte dos casos que são integrados nas Necessidades Educativas Especiais.

Formulação caso H.

Importa mencionar que a estagiária teve a possibilidade de estar presente em todas as reuniões e atendimentos, adotando um papel de observadora, procedendo seguidamente ao registo de todos os dados observados em cada sessão.

Sob a forma de exercício de reflexão, considera-se que foi muito enriquecedor ter havido um momento específico durante o estágio curricular para observação da aplicação da WISC-III, instrumento esse que é dotado de alguma complexidade na sua aplicação, pois requer que o aplicador esteja atento a muitos estímulos em simultâneo. É necessário observar a criança, fazer anotações, recolher dados de resultados, cronometrar e sobretudo, ter um conhecimento prévio e bem consolidada acerca de cada teste. Considera ainda que a Psicóloga do Agrupamento apresenta uma grande familiaridade com tal instrumento, o que lhe permite realizar a sua aplicação sem socorrer-se ao manual, possibilitando um ganho considerável de tempo essencial para a realização e finalização dos testes.

Outro dos aspetos considerados positivos é o tempo atribuído para cada sessão mostrando-se adequado, principalmente tendo em consideração a faixa etária do aluno em questão e os objetivos inerentes ao processo de atendimento.

A perspicácia da dinâmica inicial, com o devido acompanhamento desde a sala de aula por parte da Psicóloga, foi fundamental para criar uma certa empatia que se viria a mostrar essencial no decorrer do atendimento.

A postura da Psicóloga foi também outro importante aspeto de todo o processo. Neste caso, a calma e receptividade ao aluno marcaram a referida postura, tendo-se mostrado adequada e ajustada ao caso específico deste aluno. Recorreu a um discurso informal em momentos em que era notório um maior desconforto por parte do aluno.

Registe-se um aspeto menos positivo do atendimento que se relaciona com o facto de não existir, na escola onde decorreu o atendimento, um local específico onde a Psicóloga possa realizar o atendimento, o que prejudica claramente a sua realização, devido as prováveis interrupções dos assistentes operacionais e/ou professores.

No que concerne aos instrumentos utilizados, da WISC-III, entrevista com o aluno e a tarefa solicitada do desenho da família, consideram-se pertinentes e adequados ao processo e objetivos da consulta. Contudo, outros testes complementares poderiam ter sido alvo de intervenção, como a Bateria de Aptidões para a Aprendizagem Escolar (BAPAE) (La Cruz, 1989) para identificar a prontidão das competências escolares adquiridas pelo aluno para corroborar com os dados da WISC-III.

No entanto, considera-se que, o número de sessões destinado à relação terapêutica devesse ser maior, o que iria certamente beneficiar todo o processo de acompanhamento, isto porque a avaliação do caso do H. centrou-se quase exclusivamente em aspetos cognitivos, tendo ficado por explorar de modo mais aprofundado outros aspetos importantes, como as relações familiares (havendo poucos dados a este nível). A interação entre os membros na família nuclear e alargada (não foi explorado) se existe, ou não, suporte por parte destes. Jugamos que deveriam ser exploradas mais características do aluno e escolares, de modo a perceber se existiam outras dificuldades que estivessem a interferir com a sua aprendizagem que não as cognitivas. Além disso, julgamos que tenha passado demasiado tempo entre o momento da avaliação do aluno (outubro/2014) e a reunião da mãe/encarregada de educação para ser realizada a entrevista anamnese do aluno (janeiro/2015).

Também se entende que, a aplicação da WISC-III no primeiro atendimento talvez não fosse no momento mais oportuno, considerando as características emocionais que o aluno revelava, a necessidade do aluno assimilar toda a informação referente ao acompanhamento psicológico, e ainda, para dar oportunidade à criação de uma relação terapêutica mais segura e confiante. Acrescenta-se ainda, ser uma enorme lacuna, o facto de, nos casos de intervenção ao nível cognitivo, e sendo confirmada a sua elegibilidade, como no caso do H., não ter sido considerada a possibilidade de dar continuidade ao processo de acompanhamento do aluno pela Psicologia, estando a resposta reservada apenas ao nível pedagógico.

Em relação à postura do H., importa referir que este tem consciência das suas dificuldades de aprendizagem e das suas limitações ou fragilidades, assumindo de imediato, quando confrontado com uma tarefa que percebe como “difícil” e que não é capaz de responder ou realizar. Este comportamento, muito presente no registo comportamental do H., fez denotar o aparecimento de um desânimo que urgia desconstruir por parte da Psicologia, caso tivesse sido dado a continuidade ao caso. Estando o H. no início da sua formação escolar, seria igualmente importante sentir e perceber que, ainda que orientado e com suporte, o aluno seria capaz de adquirir os conhecimentos, habilidades e competências necessárias para dar

resposta positiva às exigências escolares. Importa criar as condições necessárias que promovam o sentimento de sucesso, que tarda em aparecer no processo de aprendizagem do H., pautado por avanços e recuos, com evidência das regressões sucessivas. O H., gostava de agradar, tendendo a procurar aprovação, evidenciando satisfação quando percebia, ou percecionava, que resolveu as atividades com sucesso. Seria então, verdadeiramente importante a utilização do reforço positivo sempre que o H. apresentasse evoluções comportamentais, não apenas escolares, mas em geral.

Em forma de conclusão, consideramos que o aluno poderia não ter sido colocado ao abrigo do regime de NEE se caso tivesse existido outro tipo de apoio na aprendizagem. Embora as dificuldades e lacunas apresentadas pelo aluno, este, não foi mencionado insucesso à disciplina de Estudo do Meio, demonstrando aquisição de aprendizagem e conhecimentos. Assim, consideramos, só depois de reunidos esforços em casa e escola, para colmatar as dificuldades sentidas e se mesmo assim as lacunas persistissem, justificar-se-ia então que o aluno beneficiasse de Apoios Especializados para adquirir, a médio prazo, um potencial de aprendizagem que permitisse obter o sucesso académico. Relembramos que o aluno já se encontrava a receber Apoio Educativo no início do 2º ano, quatro horas semanais, que se justificaria ser acrescido em termos de horas, esse mesmo apoio. Contudo, a decisão tomada por parte da Psicóloga e do professor de EE ao integrar o aluno em NEE é compreensível, perante as dificuldades sobressaídas do H. aliadas às regras e procedimentos habituais nestes casos por parte do Agrupamento, que persiste, em sensivelmente todos os casos idênticos dar resposta através deste tipo de procedimento, ou seja, encaminhando os alunos para o Ensino Especial.

Estando o primeiro caso de observação apresentado, e tendo havido um período de reflexão ao mesmo, segue-se o segundo caso observado pela estagiária.

3.1.3.2. Descrição do caso N.

Identificação

Tabela 7: Dados biográficos e escolares do N.

Nome	N.
Sexo	Masculino
Data de Nascimento	24-07-2000
Idade	14 anos
Escola	Escola Secundária de Maximinos
Nível de Educação/Ensino	3º ciclo
Ano de escolaridade	7º ano
Número de retenções	2

Motivo do encaminhamento

A Diretora de Turma formalizou o pedido de encaminhamento do aluno N. para o serviço de Psicologia a 10 de novembro de 2014, através da Ficha de Encaminhamento. Tratava-se de um aluno com retenções escolares anteriores, no 6º e no 7º ano, na escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão, tendo passado a repetir o 7º ano de escolaridade (2014/2015), na Escola Secundária de Maximinos (ESMAX). Na base deste pedido encontravam-se os resultados do aluno em termos de aproveitamento escolar durante o 1.º período, tendo obtido nos primeiros testes de algumas disciplinas, classificação inferior a cinquenta pontos percentuais. Segundo a Diretora de Turma, o N., evidenciava falta de estudo e, querendo acautelar o risco de uma nova retenção, deu início ao processo de encaminhamento.

Mostra-se importante apresentar, na tabela 8, os dados processuais deste atendimento.

Tabela 8: Dados processuais de atendimento do N.

Psicóloga	Dra. Sónia Dias
Motivo de encaminhamento	Dificuldades em aprender e insucesso consecutivo (duas retenções, 6º e 7º ano)
Problemática	Dificuldade em aprender
Local do atendimento	Escola Secundária de Maximinos
Data início do acompanhamento	4 de dezembro de 2014
Data fim o acompanhamento	26 de janeiro de 2015
Número de sessões realizadas com o aluno	2
Duração de cada atendimento	45 minutos

Devido ao reduzido número de atendimentos realizados, fruto da falta de comparência do aluno aos atendimentos agendados e por não ter sido dada continuidade, no ano letivo 2014/2015, ao acompanhamento por parte da Psicologia, optou-se por dar primazia no presente relatório a outras atividades que permitissem ao leitor um reflexo mais fiel do estágio curricular. Porém, apesar de ser realizada uma pequena menção, o perfil psicológico do aluno e toda a informação detalhada encontra-se reproduzida integralmente em anexo (13).

Contudo fica aqui patente, o registo principal em termos de experiência curricular, e enquanto estagiária de Psicologia, as principais ilações que decorrem da reflexão do caso.

Formulação caso N.

Consideramos que este caso de observação foi algo parco em termos de recolha de informação. Importa referir que, como sempre, no final de cada atendimento, a estagiária procedia ao registo de todos os dados observados em consulta. Além disso, a questão das

sucessivas ausências do aluno não abonou no sentido da recolha de informação essencial para o aprofundamento do caso.

Mostra-se pertinente referir que os objetivos gerais delineados para este caso não foram totalmente alcançados. O número de atendimentos ao aluno ao longo do ano escolar não foi o que se considera mais adequado (acompanhamento sequencial no tempo com interrupções) e necessários (quantidade e qualidade), para ter sido possível prestar um serviço de qualidade que permitisse ajudar o aluno, mediante o acompanhamento que necessitava, evitar uma nova retenção escolar.

Através da história do aluno, foi possível verificar que o N. era um aluno pouco motivado e empenhado pelo estudo/escola. Foram mencionadas, pelo aluno e pela professora, dificuldades ao nível de atenção e concentração. Mantinha dificuldades em dormir, mesmo estando medicado, o que levaria a crer que essas dificuldades poderiam ter implicações na atenção e concentração do aluno durante as aulas. Contudo, tais dificuldades não seriam só derivadas desses factos, mas também de alguma desmotivação que persistia perante o processo de ensino-aprendizagem. O aluno apresentava alguma tendência a impor-se aos professores o que por si só também dificultava a relação professor-aluno e o ambiente em contexto de sala de aula. O que acontecia de certa forma com a relação com o tio, sendo instável, demonstrando que o aluno não tinha estratégias de autocontrolo, nem dispunha de uma gestão otimizada das suas emoções. Possuía alguma instabilidade emocional com tendência a focar-se em demasia nas experiências de vida menos positivas dos seus familiares, facto que levava a colocar seus próprios assuntos/problemas, como o insucesso escolar, para segundo plano. Apreciamos, que os quatro professores diferentes que o aluno teve durante o primeiro ciclo, podem ter contribuído, em parte, para que algumas bases do conhecimento estrutural para o seu processo de ensino-aprendizagem não tenham sido bem consolidadas, tendo transitado de ano mas acumulando lacunas de aprendizagem. Isto, aliado a um reduzido nível de apoio que beneficiou, quer por parte da escola, quer a nível familiar, para colmatar essas lacunas, pode ter culminado na sua desmotivação crescente em relação à escola. Não esquecendo, que uma transição para outro ciclo de formação por si só acarreta inúmeras mudanças que, para alguns alunos, pode causar dificuldades a diversos níveis, como nos métodos e na gestão de tempo do estudo.

Julga-se que outros aspetos poderiam ter sido explorados e aprofundados na entrevista com o N., sendo que seriam relevantes para as conclusões do caso. Exemplo disso, seria uma maior exploração de temáticas que abordasse a concentração, atenção, dificuldade em adormecer e manter o sono, perceber se era frequente, quais as razões e em que circunstâncias

verdadeiramente acontecia. A relação menos positiva que o aluno demonstrou ter com os professores, poderia também ter sido mais explorada na entrevista, de forma a se conseguir perceber se esse seria um dos motivos ou uma consequência da sua desmotivação pela escola. Caso tivesse sido possível dar continuidade aos atendimentos, teria sido importante promover competências socioemocionais (exemplo, gestão de emoções, estratégias de autocontrolo, promover competências sociais) e ajudar o aluno a superar as suas dificuldades ao nível de atenção e concentração, organização do estudo e desmotivação escolar. Em exemplo, no caso dos métodos de estudo escolar poderiam ter sido explorados através de um instrumento, a exemplo, pelo Inventário de Estratégias de Estudo (IEE, Leal, 1993).

No que respeita à atitude e postura do aluno que apresentou nos dois atendimentos, acredita-se ter sido a correta, mantendo-se sempre atento e participativo no diálogo com a Psicóloga, partilhando com clareza a informação que a técnica pretendia recolher. Além disso, tentou manter sempre o contato ocular com a Psicóloga. Quanto à ausência nos atendimentos agendados e do processo de ensino-aprendizagem o aluno revelou de facto uma falta de irresponsabilidade e desinteresses total.

Quanto à Psicóloga esta manteve uma postura adequada e uma linguagem acessível à faixa etária do aluno. Foi perspicaz na dinâmica inicial, ao introduzir no discurso prévio à entrevista, o facto de revelar que outros colegas de turma frequentavam o atendimento, com intuito de criar e desenvolver a relação empática entre ambos. Deve ser salientado que a Psicóloga foi sempre muito cuidadosa no que respeita ao seu discurso, essencialmente no que respeitava à história familiar do aluno. É importante enaltecer o facto da orientadora, ter procurado, em todos os momentos tomar o atendimento o mais afável possível, para que o aluno se libertasse de alguma tensão e assim beneficiasse o mais possível daqueles momentos.

Posto isto, segue-se o modelo de observação e intervenção que a estagiária realizou em contexto de grupo, ou seja, a dinamização de um programa em conjunto com um outro técnico. Importa mencionar que este programa não estava contemplado no levantamento das necessidades iniciais, surgiu apenas a sua necessidade já no decorrer do estágio, tendo sido solicitada a colaboração da estagiária, por parte do GMOE.

3.2. Atividade de Observação/Intervenção em Grupo

Segundo Taveira (2005), a intervenção em grupo permite aos técnicos confrontar diferentes pontos de vista dos participantes, implementar diferentes estratégias tendo em conta as características do próprio grupo e obter diferentes respostas, depois de um momento de reflexão por parte destes. Esta forma de intervenção permite ainda, dotar os intervenientes de ferramentas adequadas para lidarem com a diversidade de situações com as quais se poderão deparar nos diferentes contextos que possam surgir no dia-a-dia. As diferentes dinâmicas e temas abordados possibilitam ao grupo gerar um crescimento a nível pessoal e social.

Neste seguimento, o projeto/jogo que se segue, “Eu e os Outros”, visou preparar os jovens para assuntos correntes e presentes na sociedade atual, através da reflexão e debate de diversas temáticas.



3.2.1 Projeto/jogo “Eu e os Outros”

Neste ponto será explanada a atividade do projeto/jogo “Eu e os Outros” (anexo 14), constando na ficha técnica (tabela 9) e em seguida uma pequena fundamentação teórica que sustentou o respetivo projeto, posteriormente haverá uma descrição das sessões e por fim, uma reflexão geral do projeto/jogo. Importa lembrar que esta atividade surgiu no decorrer do estágio, do diagnóstico das necessidades do Agrupamento realizado pela Juventude Cruz Vermelha de Braga com o Projeto+ATITUDE 3G onde a estagiária foi convidada a colaborar no respetivo projeto.

Tabela 9: Ficha técnica projeto/jogo: “Eu e os Outros”

Título: “Eu e os Outros”	
Objetivos Gerais	
- Promover a reflexão em grupo sobre temas do desenvolvimento ligados à adolescência (assertividade; competências de comunicação; sentido de responsabilidade; gestão de conflitos e de emoções; e a tomada de decisão), criando uma dinâmica de grupo geradora de crescimento pessoal e social.	
- Abordar alguns aspetos como o relacionamento interpessoal e de grupo, a participação, os comportamentos e as atitudes, concentração, cumprimento de regras estabelecidas, autoestima, respeito por si próprio e pelo outro, capacidade de expressar opiniões e sentimentos.	
Projeto pertencente	- Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (SICAP) - Ministério da Saúde
Colaboradores do projeto	Juventude Cruz Vermelha de Braga com o Projeto+ATITUDE 3G
Autores	Equipa técnica ligada à Linha Vida SOS Droga

(continua)

Tabela 9 (continuação)

História (5ª) a desenvolver	“Amores e desamores”
Temas gerais abordados (5ª história)	1) O amor e as paixões; 2) A atração; 3) Maus-tratos dentro da relação de casal; 4) A agressividade associada ao consumo de álcool; 5) O ciúme doentio; 6) Associações de apoio à vítima; 7) O comportamento de perseguição; 8) Jogos de sedução; 9) A sexualidade; 10) A contraceção; 11) A lealdade na amizade; 12) Fidelidade numa relação; 13) Papel do telemóvel; e 14) Doenças/infeções Sexualmente Transmissíveis (DST's/IST's).
Personagem principal da história:	Catarina (gótica) 17 anos
Personagem secundária	Maria (<i>smile</i>) 15 anos
Personagens terciárias	Gustavo (namorado); Filipa (amiga); mãe da Filipa
Número de sessões	8 +1(para a turma 7º3)
Frequência	Semanal
Duração	45 Minutos
Horário	Variável, consoante a turma e disponibilidade do horário escolar
Local	Sala aula (da disciplina disponibilizada)
Escola a intervir	Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão
Destinatários	(alunos dos 10 aos 18 anos) 6º6 – 20 alunos 7º3 – 25 alunos 7º5 - 21 alunos
Aplicadores	Luís Saldanha – Juventude Cruz Vermelha de Braga Ana Luísa Faria – Universidade Católica Braga Bruna Rodrigues – Universidade Católica Braga Rosa Araújo – Universidade Católica Braga
Início: 4 de fevereiro de 2015 Fim: 15 de abril de 2015	
Parelha Intervenção na turma 7º3 (média idade 12.3) Rosa Araújo e Luís Saldanha	

Apresentada a ficha técnica do jogo e dado o seu carácter flexível em termos de estrutura, os objetivos específicos para cada sessão dependiam do curso que o mesmo seguiria. Posto isto, passamos, em seguida, para uma concetualização teórica que fundamentou a construção do projeto.

Concetualização teórica

São vários modelos teóricos, onde assentam este projeto, “Eu e os Outros”. Entre eles está o Modelo de Influência Social, da Teoria da Aprendizagem Social (Bandura, 1977), defendendo que o comportamento humano, essencialmente dos adolescentes, é orientado por modelagem, através do conhecimento e interações e, sobretudo, através das pessoas que nos são mais significativas. Segundo este modelo, a forma mais apropriada para promover a

aprendizagem do jovem, será inseri-lo num grupo permitindo-lhe que observe, modele o seu comportamento e tenha oportunidade para refletir e argumentar, como dentro do seu grupo de pares e/ou em contexto de sala de aula.

Um outro modelo que sustenta o respetivo programa é o Modelo Compreensivo/Social, de Jessor e Jessor (1977 cit. in SICAD &.Saúde, s.d), dando especial relevo aos fatores de risco e proteção no desenvolvimento de comportamentos aditivos.

Uma outra teoria que alicerça este projeto é a Cognitiva/Informativa, acreditando que as pessoas se comportam em função dos seus conhecimentos, das crenças e das normas subjetivas. Segundo esta teoria, o comportamento do jovem serão resultado de uma ponderação entre o conhecimento que a pessoa tem sobre as substâncias e os seus efeitos, e a forma como percebe as normas sociais vigentes face à utilização dessas substâncias (Fishbein & Azen, 1975 cit. in SICAD &.Saúde, s.d). Assim e segundo esta corrente, a ação para o comportamento do jovem é guiada por valores pessoais e culturais, ou seja, pela organização estrutural de normas sociais, rituais, regras de conduta e de significados compartilhados pelas pessoas que pertencem a um certo grupo etnicamente idêntico (Valsiner, 1988 cit. in Conti & Sperb, 2001).

Dando ainda, ênfase à promoção global da saúde física, psicológica, efetiva, social e espiritual, diferentes temas e vertentes são importantes na manutenção da qualidade de vida e atitude dos jovens adolescentes.

E por fim, ainda é considerado o Modelo Construtivista de Lecannelier (2001 cit. in SICAD &.Saúde, s.d), o qual refere que a nossa sociedade é revestida pela linguagem, atribuída em formato discursivo (comunicação) sendo essencial para que os adolescentes possam interpretar os outros e a si mesmos. A construção de uma narrativa interativa é percebida como um processo de regulação emocional, pois irá permitir ao adolescente (narrador/observador) dispor-se no mundo que o rodeia de determinado modo e antecipar a realidade a partir de experiências com as quais se irá deparar. O processo de interpretação, reflexão e a tomada de decisão, irá permitir ao adolescente aprender a ser mais assertivo, responsável e possibilitará desenvolver o seu processo decisório. Esta reformulação e reordenamento transforma a sua experiência emocional em sequências temporais com um início (a história inicial), um meio (o conflito) e um fim (resolução da situação vivida) levando a uma melhor compreensão das suas ações e das dos outros.

Kamii e DeVries (1991 cit. in Santos & Alves, 2000) chamam a atenção para o papel fundamental que os jogos desempenham na teoria construtivista visto contribuírem para o desenvolvimento da autonomia dos jovens pelo facto de envolverem o frente-a-frente de

diferentes pontos de vista e proporcionarem aos mesmos, ambientes de resolução de situações problemáticas entre parceiros com o mesmo nível de saber e poder. Assim, a Teoria do Jogo serve igualmente de fundamento ao programa. Segundo Elkonin (1998 cit. in Santos & Alves, 2000) o jogo apresenta-se como prática real para os jovens, não só pela mudança de postura ao adotar um papel, mas também como prática de relações com o parceiro do jogo e do ponto de vista deste, das suas ações e dos objetivos em congruência com os significados atribuídos por ele, sem os manipular diretamente. Podemos perceber melhor, através dos estudos da Etologia desenvolvidos por Lorenz (1973 cit. in Santos & Alves,) pois remetem para a dimensão do outro. A presença de outro elemento da mesma espécie provoca alterações marcantes nos desempenhos comportamentais das pessoas, na forma de organização estrutural de normas sociais, rituais, regras de conduta e de significados compartilhados pelas pessoas que pertencem a um certo grupo etnicamente idêntico.

Assim, por tudo atrás já mencionado, a importância de jogar com regras para o desenvolvimento do jovem pode assumir um papel de especial relevo reconhecido por diversos autores, como (Brenelli, (1996); Elkonim, (1998); Piaget (1945/1964/1978), Kamii & DeVries, (1991); Kishimoto, (1996); Macedo, (1993/1995); Vygotsky, (1933/1984/1989); Wajskop, (1995), entre outros citado por (Santos & Alves, 2000, p. 2).

Portanto, a utilização do jogo enquanto estratégia de intervenção preventiva permite de forma integrada a exploração de diversos conteúdos, papéis e competências num contexto divertido e criativo. Além disso, o jogo será objeto de um processo de reflexão e de atribuição de sentidos para os adolescentes. Para Raul Melo (2006) “o Brincar para a saúde não é apenas servir o jogo para consumo. É também fazer desse jogo um espaço de mestria senão do exercício pelo menos da relação que lhe está subjacente.”

Posto isto, passamos à descrição da atividade desenvolvida em grupo.

Descrição atividade grupo

A dinamização do projeto “Eu e os Outros” decorreu semanalmente em contexto de sala de aula, com a disponibilização de 45 minutos numa aula para o efeito, tendo a Diretora de Turma considerado mais pertinente não ser realizada na mesma disciplina/horário/dia para não interferir com as atividades planificadas em cada disciplina.

O projeto, aplicado à turma 7º3, pela parelha estagiária Rosa Araújo e o técnico da Cruz Vermelha, foi iniciado em 4 de fevereiro de 2015 e com término apenas a 15 de abril de 2015, devido à interrupção letiva das férias da Páscoa. Será importante referir, que o Professor da

disciplina esteve sempre presente nas sessões e em contexto de sala de aula, ajudando os dinamizadores a manter as condições necessárias para o normal decurso das atividades.

Ressalve-se que estavam destinadas 8 sessões, contudo o facto de os alunos se terem mostrado bastantes participativos ao longo do jogo e por terem existido outras dinâmicas acrescidas pelos dinamizadores em contexto do grupo e/ou por vezes os alunos estarem muito inquietos, fez com que tenha sido necessário realizar uma sessão extra, contemplando assim o total de 9 sessões. Sal guarde-se que os autores do programa já preveem possa ser necessário mais que as 8 sessões inicialmente previstas para a sua dinamização, devido a variáveis imprevisíveis e/ou ser incerta a duração do decurso da narrativa em cada sessão. Importa relembrar que tal programa trata-se de um projeto de treino de competências pessoais e sociais para os alunos, o qual adota o formato de jogo interativo, e pressupõe a exploração em grupo através de um suporte informático, *PowerPoint*, onde decorria a história.

Todas as sessões foram previamente preparadas, individualmente, pelos aplicadores, ou seja, percebendo qual poderia ser a sequência da história para determinada sessão. Percebendo quais as questões que poderiam ser colocadas aos alunos, os temas/assuntos que podiam ser tratados indo ao encontro da história, de forma aos técnicos pudessem adequar as dinâmicas ao grupo. No final de cada sessão era realizado o *feedback* verbal do/a professor/a em jeito de balanço final da sessão do dia. Depois, também os dinamizadores avaliavam formalmente a sessão, as atividades desenvolvidas, a presença e as faltas dos alunos à sessão, a participação dos alunos, com registo num documento próprio para o efeito.

Assim, a primeira sessão iniciou-se com a apresentação de todos os intervenientes, alunos e dinamizadores do programa. Seguidamente aplicou-se o questionário pré-teste (LEQ) em anexo (12), que serviu também de pós-teste do programa. Tratava-se de um questionário de autopreenchimento contendo 24 questões, classificadas numa escala de *Likert* desde 1 (Esta afirmação não me descreve, não tem nada a ver comigo) a 8 (Esta afirmação tem muito a ver comigo, descreve-me muito bem). Continha, ainda, no cabeçalho dois espaços para preenchimento, um sendo previamente preenchido pelos aplicadores colocando o código, em exemplo, ^{1º} RN02/^{2º} 02/04/^{3º} 13/^{4º} 01 este que se refere ^{1º}Código Região Norte, ^{2º}escola, ^{3º}turma e ^{4º}número de aluno, e um outro espaço, destinado a dados biográficos do aluno.

De seguida, com o recurso a uma apresentação em *PowerPoint*, foi apresentado aos alunos o projeto/jogo “Eu e os Outros”, com a explicitação das regras, objetivos, e forma de funcionamento. Apresentou-se, então, a história “Amores e desamores” que seria trabalhada com os alunos, a personagem principal, Catarina (gótica) de 17 anos e a personagem secundária,

a amiga Maria (*smile*) com 15 anos. Foi explicado aos alunos que o seu papel enquanto jogadores tinha por objetivo conduzirem um grupo de personagens, mediante um conjunto de decisões partilhadas entre o grupo de alunos, na resolução de problemas do dia-a-dia destas personagens. Para isso, ainda com recurso ao *PowerPoint*, iria ser exposta o início da história, o enredo que decorreria à volta da personagem principal, sendo pretendido que os alunos fizessem escolhas acerca do percurso das personagens, estando disponíveis duas ou mais possibilidades. Os alunos necessitavam de fundamentar as razões das suas decisões, continuamente, durante as várias sessões, até ser encontrado o fim da história. No final de cada sessão motiva-se os alunos para a sua presença na sessão seguinte. Por vezes, em contexto de aula e/ou tarefa inter-sessão haviam tarefas intermédias, com o intuito de envolver os alunos em pesquisa na *internet* acerca da temática que se estava a abordar na sessão, exemplo, violência doméstica.

Na segunda sessão deu-se início à história “Amores e desamores” (decorreu até à 9ª sessão) explicando, aos alunos as regras, *cadeira decisória*, ou seja, havia uma caixa (preparada pela estagiária), com o nome da escola, ano de escolaridade e turma escritos num papel e colado na tampa, exterior da caixa. Dentro continha duas divisórias, uma com o número de cada aluno, para de forma aleatória dar oportunidade de todos participarem, sendo selecionado sempre um aluno em cada slide, para que pudesse escolher o decorrer da história. Escolhido o prosseguimento da história, o número deste aluno era colocado novamente na caixa, mas na outra divisória. Esta caixa acompanhava sempre os dinamizadores em todas as sessões. Por vezes, no desenrolar da história, era pedido aos jogadores que se caracterizassem à semelhança das personagens e/ou os aspetos comuns e particulares no grupo, a exemplo, “como se sentiram”, “era o que estavam à espera?”, entre outras.

O início, em todas as sessões, estava destinado ao “tempo de aquecimento” de ponte entre sessões, permitindo os alunos recordarem em que ponto (*slide*) da história se havia parado no final da sessão anterior. Em seguida era solicitada, caso houvesse, a tarefa inter-sessão, havendo momentos de partilha, e prosseguia-se com o desenrolar da história.

Na 3ª sessão, num momento que decorria o tema da “lealdade na amizade e confiar no outro”, os aplicadores aplicaram o jogo “Corrida no Escuro” que consistia vendar os olhos de um aluno, e o outro deveria ser o seu guia perante os obstáculos (mochilas no chão) que fossem surgindo até chegar ao ponto de chegada, ou seja à outra ponta da sala, enquanto outros alunos dificultavam essa tarefa colocando as mochilas. Terminado o jogo partilhavam a sua experiência. Ao aluno de olhos vendados, eram colocadas questões do tipo, *como te sentiste?*

Confiaste sempre no outro? É fácil deixar os outros decidirem por nós? Sendo que houve ainda questões destinadas ao aluno que ajudou o colega a ultrapassar os obstáculos, assim como perguntas direcionadas aos restantes alunos da “plateia”. Nesta sessão já não houve oportunidade de retomar à história, falta de tempo.

Na 4ª sessão os alunos surgiram bastante inquietos em contexto de sala de aula, mesmo na presença dos dinamizadores do programa e do professor da aula de Oferta Complementar, mas foram igualmente aplicadas as dinâmicas previstas. Já na 5ª sessão planeou-se um jogo (em sequência do comportamento menos positivo da sessão anterior) que consistia em selecionar 3 alunos dos que por norma eram mais inquietos, que após serem retirados da sala, um dos dinamizadores explicaria a estes alunos que tinham de pensar que iriam organizar uma festa de anos e ao entrar de novo na sala teriam como tarefa convidar os outros colegas para essa festa, explicando os pormenores de realização da mesma. Ao entrar na sala era pretendido que um dos alunos tivesse uma postura de *autoritário*, outro *democrata* e o outro *permissivo*. Contudo, o outro dinamizador que tinha ficado com os outros alunos na sala teria de revelar que seria necessário que logo que os colegas entrassem na sala e comesçassem a falar, estes deveriam serem totalmente indiferentes ao que os colegas diziam. Com esta atividade pretendia-se que os alunos experienciassem a dificuldade que existe quando alguém, em contexto de aula, pretende falar mas ninguém lhe presta atenção.

Quanto à 6ª sessão decorreu normalmente. Já na 7ª sessão todos os alunos haviam tido oportunidade de ter participado, pelo que foi necessário repor a configuração inicial das caixas. A 8ª sessão decorreu normalmente conforme planificado. Na 9ª sessão foi o desfecho da história, tendo sido debatido que conclusão poderíamos retirar desse desfecho.

Não foi possível, como previsto, aplicar na última sessão o pós-teste, pelo que foram disponibilizados 10 minutos de outra aula para tal. Teve-se o cuidado redobrado em atribuir o questionário a cada aluno segundo o seu número de aluno.

Contudo, devido ao programa ser pertença de uma organização externa ao AE Maximinos, a estagiária não teve acesso, como pretendia, ao resultado do pré-teste e pós-teste para que fosse possível apresentar os resultados obtidos neste documento, tendo sido uma lacuna.

Reflexão

De referenciar que para a implementação deste projeto/jogo a estagiária teve necessidade de frequentar uma ação de formação para poder aplicar o respetivo jogo. A respetiva ação de formação e todo o material facultado pelo formador foi essencial para o trabalho desenvolvido com os alunos. Sendo ainda importante relembrar, que as turmas selecionadas para implementação do projeto revelavam algumas características com determinadas vulnerabilidades psicossociais a que o programa pretendeu dar resposta.

Classificamos de muito positivo o trabalho em equipa com outro técnico que não da área da Psicologia, foi facilitador na implementação do projeto possibilitando que de uma forma descontraída e lúdica, fosse abordada a questão dos amores e desamores na adolescência e toda as problemáticas associadas. Embora tenha havido sempre muita preparação por parte da estagiária para todas as sessões, o facto de ter sido em parceria ajudou realmente a enriquecer a experiência e partilha de informação permitindo uma maior dinâmica no grupo.

Quanto à participação dos alunos a adesão foi total em todas as sessões. Contrariamente ao expetável, os alunos revelaram um bom desempenho na sua apresentação perante a turma, respondendo assertivamente às questões colocadas pelos colegas ou pelos técnicos. Embora os técnicos tivessem de implementar uma atividade para as regras de silêncio e respeitarem quando o outro fala, os alunos participaram ativamente na definição das regras do jogo e mostraram grande vontade em o iniciar.

Julgamos, o que tornou o jogo mais apelativo para os alunos, foi a possibilidade de serem eles mesmos a tomar as decisões de forma soberana, as quais quase sempre tiveram em conta o socialmente correto, para que a história chegasse a bom termo, isto permitiu que os alunos orientassem o jogo para temas de seu interesse/curiosidade e preocupação, obrigando-os a refletir e tomarem decisões mais assertivas sobre os mesmos, estando sempre por traz o risco/perigo. Desta forma, os alunos tinham de ter a consciencialização que podiam vir a estar expostos a alguns problemas, como em exemplo, confrontarem com o desconhecido, o álcool ou uma nova relação íntima com alguém ainda desconhecido, a violência doméstica, entre outros. Além disso, a interação oral sobre as temáticas que lhes eram íntimas permitiu colmatar a dificuldade em se expressarem oralmente e em se exporem perante os outros, seus pares.

Embora não tenha sido avaliada cada sessão por parte dos alunos, o facto de estarem presentes nas sessões e de se perceber a motivação com que todos participaram, leva a concluir que o programa tenha sido positivo para estes.

É ainda motivo de reflexão, o ambiente descontraído aliado ao facto de a figura do professor não estar tão marcada, permitiu aos diferentes professores (presentes ao longo das várias sessões) estreitar laços e conhecer outras facetas dos alunos.

Os aspetos menos positivo foram realmente alguns comportamentos menos adequados, participação desordenada e o incumprimento de regras de convivência dos alunos, que só não foram tão prejudiciais ao trabalho desenvolvido dada a cumplicidade entre os aplicadores e professor que atempadamente controlava as várias situações, bem como, pelos técnicos terem sido perspicazes em implementarem outras estratégias para combater essas falhas. Estas mudanças levaram a que o número das sessões se tenham prolongado no tempo. Outro aspeto menos positivo, indo ao encontro deste aspeto apresentado, foi a desadequação do projeto à dimensão da turma, questionamos se não teria sido mais facilitador dividir a turma pelos dois técnicos.

Julgamos que os objetivos do programa ficaram cumpridos, tendo sido desenvolvidas estratégias que foram de encontro aos objetivos da intervenção projeto/jogo, melhorando alguns aspetos da turma, como uma melhor organização e participação na sala de aula, fomentando o cumprimento de regras e combatendo a dificuldade em se exporem e expressarem perante os colegas da turma sobre determinada assunto/opinião. Saíram, por isso, fortalecidos o relacionamento interpessoal e de grupo, comportamento e atitudes, respeito por si próprio e pelo outro, e ainda, a capacidade de reflexão de um modo diferente daquela que estão normalmente habituados.

Assim, julga-se que este tipo de atividades surgem, no Agrupamento e em contexto de estágio, como complemento da formação, proporcionando à estagiária o desenvolvimento de outras competências e o aprofundar de aprendizagens em áreas distintas.

Posto isto, apresentam-se a seguir as atividades de intervenção dinamizadas pela estagiária, num momento já de maior autonomia, embora, e sempre, devidamente supervisionadas e orientadas.

3.3. Atividades de Intervenção

O apoio à comunidade educativa pode ser realizado de inúmeras formas distintas. A intervenção psicopedagógica e implementação de programas de intervenção são apoios que se revela fundamental em contexto escolar. Estas formas de intervenção do Psicólogo evidencia especificidades próprias, sendo possível ser efetuada de forma individual ou em grupo, nas dificuldades que habitualmente surgem no processo educativo, tendo em vista o

desenvolvimento de competências e a aquisição de conhecimentos nos alunos que possam evitar ou ajudar a resolver futuras situações problemáticas (Silva, 2005).

Neste sentido, serão apresentadas, ao longo dos parâmetros seguintes, as atividades de consulta psicológica individual e as programas/ação de formação em grupo alunos/pais desenvolvidas e dinamizadas pela estagiária em contexto de estágio no AE Maximinos, porém acompanhadas de uma supervisão direta, por parte da Orientadora de estágio, Dra. Sónia Dias e indireta, pela Supervisora de estágio a Doutora Ângela Azevedo, tendo permitido assim, ajudar a definir previamente os procedimentos como, prestar o esclarecimento de dúvidas associadas às atividades a desenvolver.

3.3.1. Consulta Psicológica Individual

Neste ponto, serão descritos os dois atendimentos individuais efetuados em contexto de estágio, nos quais a estagiária teve oportunidade de realizar. Importa salientar que devido ao grande número de atividades dinamizadas pelo serviço de psicologia, não houve possibilidade de iniciar outros acompanhamentos psicológicos.

Registe-se que, os casos G. e F., apesar de iniciados não foi possível dar continuidade ao acompanhamento. Isto porque, no caso G., após avaliação cognitiva ter confirmado a necessidade de integração do aluno nas NEE, por norma interna do Agrupamento não permite, na maioria dos casos, a continuidade no acompanhamento por parte da Psicologia, passando o aluno a ser exclusivamente acompanhado pelo professor do Ensino Especial. No caso F. a quebra na continuidade ficou a dever-se ao término do ano letivo. Assim, nos dois casos, ainda que tenham sido sugeridas algumas estratégias de intervenção, posteriores à avaliação psicológica, não houve possibilidade de desenvolver com maior profundidade o processo de intervenção.

O caso G. será caraterizado de modo mais aprofundado e pormenorizado neste relatório de estágio, fundamentado com fundamentação teórica, uma vez que foi o primeiro atendimento individualizado que a mesma realizou e o caso F. será apresentado de forma mais sucinta, por serem ambos casos de avaliação cognitiva e as dinâmicas utilizadas serem similares, sendo que a descrição pormenorizada de intervenção do caso F. se encontra em anexo (15). Posto isto, descreve-se no ponto seguinte, o caso G.

3.3.1.1. Descrição do caso G – Avaliação cognitiva

Identificação

Tabela 10: Dados biográficos e escolares de G.

Nome	G..
Sexo	Masculino
Data de Nascimento	12-06-2008
Idade	6 anos
Escola	Centro Escolar da Naia
Nível de Educação/Ensino	1º ciclo
Ano de escolaridade	1º ano
Numero de retenções	0

Motivo do encaminhamento

O G. foi encaminhado pelo professor Titular de Turma para o serviço de psicologia a 11 de novembro de 2014 através da Ficha de Encaminhamento. Foi solicitada uma avaliação cognitiva, pelo facto do aluno revelar dificuldades de aprendizagem em todas as áreas curriculares, bem como, dificuldades de integração social na escola.

O professor entendeu que o aluno não conseguiria atingir os objetivos mínimos do 1º ano de escolaridade, mostrando-se incapaz de acompanhar o ritmo dos seus colegas.

Este caso foi atribuído à estagiária em reunião com a Orientadora de estágio, Dra. Sónia Dias, no dia 16 de janeiro de 2015. Após a análise do pedido e das aparentes dificuldades apresentadas pelo aluno, foi decidido de forma congruente, que seria pertinente a avaliação cognitiva com finalidade de avaliar a sua capacidade cognitiva. Desta forma, de seguida importa esquematizar na tabela 11, a informação referente aos dados processuais do atendimento.

Tabela 11: Dados processuais de atendimento de G.

Psicóloga estagiária	Rosa Araújo
Orientadora estágio	Dra. Sónia Dias
Motivo de encaminhamento	Avaliação cognitiva
Problemática	Dificuldade em aprender
Local do atendimento	Centro Escolar da Naia
Data início do acompanhamento	23 de janeiro de 2015
Data fim do acompanhamento	3 de fevereiro de 2015
Número de sessões realizadas com o aluno	3
Periodicidade das sessões	Semanal
Duração de cada atendimento	35 minutos
Atendimentos com o Professor Titular da Turma	2
Atendimentos com a mãe	2
Reuniões com o Professor de Ensino Especial	2

História familiar

O agregado familiar é constituído pelo G., pelo pai, Técnico Eletrónico tendo o 12º de escolaridade, pela mãe, Técnica de Telecomunicações com o 12º ano de escolaridade e pela irmã, com 10 anos, frequentando o 6º ano de escolaridade na Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão. O aluno pertence a uma família de nível socioeconómico e sociocultural médio baixo. Os pais são atentos e preocupados com o desenvolvimento do aluno procurando proporcionar todos os recursos necessários e possíveis. A irmã é considerada uma aluna com bom rendimento académico, nunca tendo revelado problemas na sua aprendizagem escolar. Toda a família alargada preocupa-se com a educação do aluno e em cuidar do mesmo. Contudo, é a avó materna que cabe a tarefa de, por vezes, levar o G. à escola, quando, por motivos profissionais, os pais ficam impossibilitados de o fazer. Os avós maternos e os paternos estão presentes na vida do G., maioritariamente aos fins semana, quando este, os pais e a irmã os vão visitar.

História de desenvolvimento

O seu desenvolvimento decorreu dentro dos parâmetros esperados nos primeiros anos de vida (nasceu às 40 semanas, teve a aquisição de marcha aos 12 meses) com a exceção da linguagem, isto porque, pronunciou as primeiras palavras “papá” e “mamã” por volta dos 3 anos (a mãe mencionou ser normal no historial familiar paterno haver este atraso nos rapazes). Segundo a mãe, até aos 2 anos de idade o G. teve as habituais viroses em bebés. A partir dessa idade considera que o filho tem sido uma criança saudável, nunca esteve doente, alimenta-se devidamente, realizava a sua higiene de forma autónoma e independente. Já havia realizado rastreios auditivos e visuais, indicando valores normais.

História escolar

Em relação ao percurso escolar, aos 6 meses de idade, o G. passou a frequentar a Creche e a partir dos 3 anos o pré-escolar, ambos pertencentes ao Jardim Infância Associação de Pais e Encarregados de Educação da EB1/JI- Aveleda (APECDA). Aos 4 anos (2012/2013) o aluno ingressou no pré-escolar do Centro Escolar da Naia, pertencente ao AE Maximinos.

Devido ao desenvolvimento algo tardio da linguagem e tendo em conta as suas dificuldades, o G. foi encaminhado pela Educadora de Infância, logo no início desse ano letivo, para a Equipa Local de Intervenção (ELI) tendo o G. sido desde logo acompanhado por estes profissionais intervindo nas dificuldades ao nível da fala e na realização das tarefas, até à sua entrada no 1º ciclo, no ano letivo, 2014/2015. Os acompanhamentos eram realizados duas vezes

por semana no jardim-de-infância onde o aluno frequentava. No Processo Individual do Aluno encontra-se dois documentos referentes ao seu Plano Individual de Intervenção Precoce (pela equipa ELI), um datado de 26 de março de 2013 e um outro datado de 26 março de 2014. Neste último relatório é referido que o G. tendia, ainda, evitar (ativa ou passivamente) tarefas em que tinha, ou previa ter, dificuldades na sua execução, embora com ajuda colaborasse. Era igualmente mencionado que o aluno ainda emitia respostas dicotómicas de “sim” ou “não” independentemente da situação. Demonstrava insegurança perante tarefas muito diferentes das habituais. Embora, já conseguisse construir e verbalizar frases com sentido completo (3/4 palavras), ainda recorria a frases simples, constituídas por duas ou três palavras e, sentia dificuldade em utilizar e aplicar corretamente elementos de ligação, tendendo a omiti-los.

Terminada a fase do pré-escolar, o aluno ingressa, no ano de 2014/2015, no 1º ano do primeiro ciclo de formação tendo deixado de ser seguido por esta equipa (ELI).

Quanto à atual situação escolar e através da reunião/entrevista com o Professor Titular de Turma, mencionou que, desde logo à entrada do aluno no 1º ano (1º período) foram detetadas inúmeras dificuldades no aluno, não só de aprendizagem, mas também ao nível da integração e da interação. O aluno tinha vindo a demonstrar alguma instabilidade emocional (chorando frequentemente ao chegar à escola, ao iniciar a aula chamava pela mãe e/ou dizia em voz alta que não queria almoçar na escola).

Passados sensivelmente 4 meses desde a sua entrada no 1º ciclo, o Professor referiu que não sentia evolução por parte do aluno. Praticamente continuava a não interagir com o Professor e, quando questionado sobre determinado assunto, dava respostas duais (sim/não). Quando intervinha de forma voluntária, dizia frases descontextualizadas no momento e utilizava um discurso desorganizado, como em exemplo, “Tive um acidente de mota”, num outro dia afirmava, “Hoje vou buscar a mota à oficina”, ou “Já andei ambulância”. Num momento questionado pelo Professor sobre aquilo que mais gostava de aprender na sala de aula, ele respondeu “Carne”.

O aluno ainda continuava a ter problemas de motricidade fina, não conseguindo cobrir corretamente tracejados nem utilizar a tesoura de forma precisa. O aluno tinha lacunas na disciplina de Português, não conseguia escrever em letra manuscrita o seu primeiro nome nem tão pouco copiar a data do quadro. Detinha dificuldades em pronunciar o fonema “c” e “g”, e o som “lh” e “i” no meio e final da palavra. Necessitava permanentemente da orientação do professor na realização de qualquer tarefa, como por exemplo, em exercícios de cópia de vogais do quadro para o caderno. O aluno, por vezes, era capaz de identificar vogais, contudo não

conseguia fazer a transcrição do impresso para o manuscrito. Não retinha a informação essencial de uma frase e não se expressava com clareza. Apesar destas dificuldades o G. revelava-se capaz, ainda que com auxílio, de ler os ditongos “ai” e “au”. Fazia uma decifração na leitura de forma lenta e necessitava de apoio de forma a proporcionar confiança e o ajudar a ultrapassar as dificuldades. Na escrita, e devido a problemas de motricidade fina, cansava-se frequentemente e necessitava de apoio para persistir na tarefa.

No que respeita à área de Matemática, apresentava dificuldades na leitura dos números. Não associava a quantidade ao próprio número e por vezes quando questionado qual o número a seguir ao “1”, respondia: “É o i”. Apresentava bastantes dificuldades em efetuar cálculos, aplicando princípios matemáticos, para resolver um enunciado escrito de um problema e produzir ou mostrar os resultados. Era ainda notória a sua dificuldade em encontrar soluções para problemas ou situações identificando e analisando questões. Mostrava dificuldade em concentrar, intencionalmente a atenção em estímulos específicos perante ruídos.

Quanto ao seu discurso era muito confuso, não apresentava continuidade de pensamento, revelando uma certa pobreza verbal e o seu raciocínio perdia-se com muita frequência. Foi possível verificar que o desenvolvimento do aluno a nível escolar era empobrecido, verificava-se necessitar de um maior investimento em contexto educacional e familiar.

Estratégias de avaliação do problema

- ✓ Requerimento do PIA para poder recolher todas as informações essenciais à intervenção individual.
- ✓ Entrevista com o Professor Titular de Turma para recolha de informações acerca do percurso escolar do aluno, do seu desempenho, atitude para com a aprendizagem e postura na sala de aula;
- ✓ Entrevista anamnese com a Encarregada de Educação para recolha detalhada de informações acerca do aluno e do agregado familiar;
- ✓ Entrevista breve e simples ao aluno, atendendo à sua idade e às suas características, para recolha de mais informações;
- ✓ Avaliação do desenvolvimento cognitivo, através da Escala de Inteligência de Wechsler, WISC-III (Wechsler, 2003) destinada a crianças dos 6 aos 16 anos, para avaliar o desenvolvimento/capacidade cognitivo (esta prova permite-nos

identificar os pontos fortes e fracos e, posteriormente, fazer aconselhamento Psicológico e Pedagógico de modo a minimizar as dificuldades reveladas);

- ✓ Realização de desenho e escrita (numa folha em branco escrever “A minha família” e seguidamente desenhar a sua família) para avaliar a destreza e controlo de movimentos com o lápis e a grafia e ainda, perceber algumas das dinâmicas familiares.

Caraterização atual/perfil psicológico do G.

No primeiro contacto com o G. verificou-se que tratava-se de uma criança de aspeto franzino e indiferente por saber o que ia fazer, e ao mesmo tempo demonstrando uma certa insegurança ao estar com alguém que não conhecia.

Com base na informação recolhida (pais, professores e PIA) procedeu-se à simples entrevista com o aluno, de modo a obter a relação empática e de seguida passou-se à avaliação psicológica (WISC-III). É importante mencionar que no dia da avaliação a idade cronológica do G. era de 6 anos, 7 meses e 11 dias.

Segundo os resultados aferidos pela WISC-III (tabela 12 e 13) o aluno apresentava uma capacidade cognitiva e intelectual posicionado a um nível *inferior* (QI=71) situando-se abaixo da média esperada para a sua idade, quando comparado com outras crianças da sua faixa etária. Sendo que o QI *Verbal* (81) é ligeiramente superior ao QI (72) de *Realização*.

Tabela 12: Resultados obtidos nos subtestes da WISC-III do caso G.

Subtestes	Resultados brutos	Resultados Padronizados			
		Verb.	Real.	CV	OP VP
Completamento de gravuras	1		2		2
Informação	2	4		4	
Código	10		3		3
Semelhanças	3	9		9	
Disposição de Gravuras	5		7		7
Aritmética	3	5			
Cubos	4		6		6
Vocabulário	10	10		10	
Composição de Objetos	22		12		12
Compreensão	4	9		9	
(Pesquisa de Símbolos)	8		(7)		7
(Memória de dígitos)	6	(6)			
(Labirintos)	12		(10)		

(continua)

Tabela 12 (continuação)

Soma dos resultados Padronizados	37	30	32	27	10
	67 Somatório da Escala Completa				

Tabela 13: Resultados obtidos na WISC-III do caso G.

	Resultado	QI/Índice	Percentil	<u>90</u> % Intervalo de confiança.
Verbal	37	81	10	76-88
Realização	30	72	3	68-83
Escala Completa	67	71	3	67-81
CV	32	87	19	81-95
OP	27	77	6	72-82
VP	10	71	3	68-86

Para melhor se compreender os resultados obtidos julga-se fundamental apresentar e caracterizar os mesmos, reforçando as fragilidades e potencialidades evidenciadas ao longo da avaliação, para se especificarem as áreas deficitárias e habilidades/capacidades do aluno.

Assim, o G. apresenta limitações acentuadas ao nível da memória visual e capacidade em distinguir detalhes essenciais face aos não essenciais e de associar números a símbolos, bem como, de memorizar corretamente essas associações, ou seja, tinha dificuldades na capacidade de aprendizagem *mecânica* e automatizada. Identificam-se também, limitações ao nível de memória episódica (organização temporal) e memória a longo prazo.

As áreas onde se registam com menor dificuldade são na retenção e manipulação da informação verbal na memória a curto-prazo e rapidez do processamento de informação. Denotam-se, ainda, algumas dificuldades na capacidade de cálculo mental, raciocínio (quantitativo) e enunciados verbais, na atenção e concentração. Ao nível do funcionamento viso-preceptivo/espacial, capacidade construtiva, coordenação e rapidez psicomotora e capacidade de atenção visual.

Contudo, foi possível concluir que o aluno se encontrava sem dificuldades ao nível da capacidade de síntese e de integração de conhecimentos, pensamento lógico abstrato e raciocínio verbal, conhecimentos de estímulos semânticos, ao nível da capacidade de aprendizagem/intelectual (competência linguística e conhecimentos lexicais), capacidade de análise e integração perceptiva (estratégia de resolução de problema).

Refira-se que, ao longo de todo o processo de avaliação, o aluno revelou um comportamento, por vezes, demasiado infantil, expresso em respostas desajustadas à sua idade,

umas vezes descontextualizadas e outras vezes apresentando tendência para a repetição de frases proferidas no momento pela estagiária, não dando a resposta que seria desejável, denotando pobreza experiencial e pouca maturidade de consciência. Exemplos disso, na prova da WISC, quando o G. foi confrontado com as questões, a exemplo, no subteste *Complemento de Gravuras* (recorrendo-se a desenhos, é pedido para verificar qual a parte que falta) o G. demitia-se dessa tarefa de modo quase automático, respondendo recursivamente “Não sei”, sendo necessário um reforço do pedido. Mesmo depois desse reforço, por vezes atribuía respostas, aparentemente sem sentido, à mesma questão do subteste, por exemplo: *Mão*, onde é pretendido a resposta *unha* o aluno disse *creme*; *Elefante*, onde idealizava-se obter a resposta *pata/perna/pé* respondeu *bomba*; e *Homem* onde era desejado alcançar a resposta *bracelete (pulseira, parte) do relógio* o G. respondeu *calças*. Foram ainda percebidas lacunas acentuadas no respeito às noções de tempo, ou seja, não reconhecia os meses, os dias da semana, as estações do ano e não sabia quantas horas um dia tem. Também não se encontrava capaz de fazer contagens numéricas acima de 10.

Através da realização do desenho “A minha Família” esboçou os cinco bonecos (cantores) tendo apontado como sendo membros da família, os elementos da banda “*One Direction*” (Niall Horan, Louis Tomlinson, Zayn Malik Harry Styles e o Liam Payne), mostrando algum entusiasmo mas não muito empenho no desenho. Só quando questionado, desenhou a si próprio, à mãe, o irmão “Naná” (imaginário), os avós, os tios/padrinhos, e só quando novamente interrogado, colocou o pai e a irmã. Por fim, desenhou uma mesa, que seria para a festa de anos dele, contudo esta estava vazia. Neste sentido, o G. fez inicialmente uma identificação da irrealidade. Além disso, não se denotava cuidado no desenho em todos os elementos, utilizava recorrentemente repetições na tarefa, desenhando os elementos da sua família todos idênticos. Não esboçou todas as partes do corpo como também não o fez de uma forma detalhada, tendo em conta as diferentes proporções dos membros do corpo, nem mesmo vestuário ou uma clara diferenciação sexual utilizou, podendo assim, ser considerado um desenho de grau muito reduzido de perfeição. O desenho das pessoas encontrava-se numa proporção muito reduzida, apenas no final da folha, sendo o que mais espaço ocupava era a mesa.

Importa salientar que o aluno refugiava-se no mundo da fantasia/imaginação, demonstrando, por vezes, uma certa “ausência” da realidade, registo que dificultava também a realização de algumas tarefas ou questões, pela necessidade do reforço da orientação e manutenção da atenção para a realidade e/ou pretendido. A título exemplificativo, quando

questionado na entrevista sobre o que havia feito no fim semana o aluno mencionou “Fui à casa dos “*One Directon*” (banda musical, tendo o seu ídolo, Harry Styles). Saliente-se que, na realização de uma das provas, o aluno interveio ao dizer que tinha estado a brincar no dia anterior com o seu irmão mais novo (imaginário), o “Nanã”. Ora era o comprometimento significativo ao nível da atenção e da concentração que dificultavam a realização de atividades que imponham a identificação de pormenores para a sua concretização, ou era a sua posição descoordenada quando estava sentado, tendia por vezes a não se manter quieto. O esforço e empenho nas provas eram mediados, não só pelas limitações cognitivas apresentadas, mas também pela organização e gestão do tempo, percebendo-se uma falta de valorização do mesmo. Tendia a buscar aprovação externa para dar continuidade às atividades que realizava, tendo sido imperativo o recurso continuado, persistente e consistente do reforço positivo.

Porém, o comportamento nas sessões era de respeito e demonstrava um carinho especial. Apresentou curiosidade por automóveis, marcas de carro, apesar de conhecer muito pouco, contudo chegou a trazer dois para uma das sessões, bem como a imagem dos amigos imaginários “*One Directon*”. O seu rosto era iluminado de satisfação quando falava do grupo de cantores.

Ressalve-se ainda que, no início do processo da avaliação, o G. mostrou-se um pouco tímido e cabisbaixo. No entanto, com o decorrer das sessões foi melhorando o seu nível de interação, embora se denotassem ainda dificuldades moderadas em estabelecer relações interpessoais.

Assim, todos os fatores acima referidos decorrentes de alterações funcionais (limitações acentuadas) aliados às dificuldades continuadas e acentuadas ao nível da linguagem, aprendizagem, relacionamento interpessoal, participação nas atividades, adaptação à escola, o seu mundo “imaginário”/ausência da realidade, considerou-se podermos estar perante um aluno de NEE. Sendo que estas dificuldades poder-se-iam também dever ao facto de o aluno pertencer a um meio/nível sociocultural e/ou socioeconómico baixo, e à falta de acompanhamento e/ou estimulação cognitiva em casa, considerado uma barreira/dificuldade.

Neste sentido, e por forma a complementar a avaliação realizada e à luz dos resultados obtidos, julgou-se essencial a referenciação do caso para os serviços de Educação Especial, por se considerar estar comprometida a atividade e participação do aluno, devido às dificuldades reveladas, e de forma a conhecer-se o perfil de funcionalidade do aluno e traçar um plano de ação/intervenção, o mais ajustada quanto possível às características do G. e às suas reais necessidades. Tendo sido avaliado e confirmadas pela Educação Especial as dificuldades

acentuadas do aluno, sendo que foi decidido pela necessidade da proposta da sua integração em NEE.

Posto isto, a 13 de abril de 2015, através da estagiária, Psicóloga, Professor de EE e Titular de Turma foram apresentados aos pais os resultados das avaliações (Psicologia e Educação Especial) ao aluno, Os pais do G. em particular, a mãe não mostrou inicialmente grande receptividade à intergeração do aluno em NEE, embora reconhecesse as dificuldades e limitações do seu filho. Contudo, os técnicos procuraram mostrar, aos pais, os benefícios da inclusão do aluno, nos apoios educativos especiais na sua educação. O aluno apresentava NEE devido à presença de fatores cognitivos que provocavam lacunas significativa na aprendizagem, atingindo as funções da atenção e concentração, memória, orientação e cálculo, bem como, capacidade construtiva, coordenação e rapidez psicomotora, motricidade fina. Estas dificuldades eram reforçadas pela instabilidade emocional, imaturidade e imaginário (mundo da fantasia) do aluno e noção de tempo. Todos estes fatores se repercutiam nas suas dificuldades ao nível do ensino-aprendizagem e funcionamento biopsicossocial. Seria, por isso, necessário que o mesmo beneficiasse de Apoios Especializados para adquirir, a médio prazo, um potencial de aprendizagem que lhe permitisse obter sucesso académico. Esta informação foi então aceite de forma mais positiva por ambos, ficando mais cientes e concordantes do real apoio que o aluno iria ter para superar as suas dificuldades.

Com base no Decreto-Lei 3/2008 de 7 de janeiro e estando reunidos os critérios de elegibilidade, realizou-se a integração do aluno no apoio pela Educação Especial. Foi previamente preparado todo o processo necessário para essa integração nas NEE, ou seja o preenchimento da *Checklist*, o Roteiro de Avaliação, o Relatório Técnico Pedagógico e o Programa Educativo Individual. A totalidade da documentação necessária a este processo foi assinada a 4 de junho de 2015 por toda a equipa responsável pela elaboração do Programa Educativo Individual do aluno (estagiária, Psicóloga, Pais, Professor EE e Professor Titular de Turma). O aluno passaria a beneficiar das seguintes medidas: a) Apoio pedagógico personalizado; b) Adequações curriculares individuais e d) Adequações no processo de avaliação.

Mas, de modo a tornar mais claro e perceptível todo o processo apresentamos o perfil psicológico do aluno na seguinte tabela (14) com os principais resultados, esquematizando os pontos fortes e fracos acima descritos.

Tabela 14: Perfil psicológico do G.

Áreas Fortes	Áreas Fracas
Dados da história	
Nascimento às 40 semanas	Aquisição da linguagem tardia (3 anos)
Aquisição da marcha aos 12 meses	Até aos 2 anos de idade teve as habituais viroses em bebés
A partir dos 2 anos tem sido uma criança saudável	Apresentou sempre dificuldades na linguagem
Frequentou a creche aos 3 anos	A 3 meses de completar os 6 anos ainda emitia respostas de “sim” ou “não” e/ou recorria a frases simples, constituídas por duas ou três palavras
Aos 4 anos ingressou pré-escolar	Aos 6 anos de idade ainda tendia evitar tarefas em que tinha, ou previa ter, dificuldades
Encaminhado e apoiado pela equipa ELI na pré-escola até entrada 1º ciclo formação	Sentia dificuldade em utilizar e aplicar corretamente elementos de ligação, tendia omiti-los
Capacidade visual e auditiva normal	Há entrada do 1º ciclo deixou de receber qualquer tipo de apoio (ELI)
Aos 6 anos entrou no 1º ano de escolaridade	Teve uma má adaptação à escola demonstrando alguma instabilidade emocional (chorando frequentemente ao chegar à escola, ao iniciar a aula chamava pela mãe e/ou dizia em voz alta que não queria almoçar na escola)
Ambiente familiar dentro do que é considerado normativo	Dizia frases descontextualizadas no momento e utilizava um discurso desorganizado, em exemplo, “Tive um acidente de mota” e o que mais gostava de aprender na aula ele respondeu “Carne”
Os pais do G. eram atentos e preocupados em relação ao G.	Aos 6 anos não se encontrava apto para iniciar o processo de aprendizagem da escrita, leitura e cálculo
A família proporcionava um bom suporte familiar	Aos 6 anos ainda tinha problemas de motricidade fina, não conseguindo cobrir corretamente tracejados nem utilizar a tesoura de forma precisa
A irmã nunca revelou problemas na sua aprendizagem	Dificuldades a Português: -não conseguia escrever em letra manuscrita o seu primeiro nome ou copiar a data do quadro; -pronunciar o fonema “c” e “g”, e o som “lh” e “i” no meio e final da palavra; -necessitava permanentemente da orientação do professor na realização de qualquer tarefa, exemplo, em exercícios de cópia de vogais do quadro para o caderno; -não conseguia fazer a transcrição do impresso para o manuscrito;

(Continua)

Tabela 14 (continuação)

	-não retinha a informação essencial de uma frase e não se expressava com clareza
Revelava-se capaz, ainda que com auxílio, de ler os ditongos “ai” e “au”	Decifração na leitura de forma lenta e necessitava de apoio de forma a proporcionar confiança e o ajudar a ultrapassar as dificuldades
Por vezes, era capaz de identificar vogais	Na escrita: devido a problemas de motricidade fina, cansava-se frequentemente
Ingressou no 1º ciclo	Na Matemática apresentava dificuldades: -na leitura dos números -não associava a quantidade ao próprio número -quando questionado qual o número a seguir ao “1” respondia é o “i” -em efetuar cálculos -dificuldade em encontrar soluções para problemas ou situações identificando e analisando questões
Ambos os pais encontravam-se empregados, a situação económica era estável	Mostrava dificuldade em concentrar, intencionalmente a atenção em estímulos específicos perante ruídos
Tinha uma boa noite de sono	O seu discurso era muito confuso, não apresentava continuidade de pensamento
Mantinha contato semanalmente com os avós maternos e paternos	Dificuldades na aquisição e consolidação de conhecimentos no primeiro ciclo
Alimentava-se adequadamente	O aluno não conseguia identificar os números acima de dez
Era autónomo e independente na sua higiene	Não associava a quantidade ao número
Relacionava-se corretamente com os membros da família	Necessitava de apoio por parte de um adulto para realização das tarefas Não conseguia transcrever o seu nome e as vogais para o manuscrito
Era capaz de realizar contagens numéricas até dez	
Competências sociais	
Era uma criança educada e meiga	Dificuldade de integração social na escola
Comportamento nas sessões era de respeito	Dificuldades moderadas em estabelecer relações interpessoais, ex. professor
Demonstrava um carinho especial, trazendo objetos de casa para amostrar e agradar	O aluno tinha dificuldade de comunicação
Com o decorrer do tempo foi melhorando o seu nível de interação	Mostrava-se um pouco tímido e cabisbaixa
Dados emocionais	
Era meigo	Apresentava desmotivação pelas tarefas
	O G. era uma criança introvertida
	Bastante inseguro
	O aluno não revelava curiosidade pela aprendizagem
	Refugiava-se no mundo da fantasia/imaginação

(continua)

Tabela 14 (continuação)

	Certa “ausência” da realidade, a exemplo, no fim semana o aluno mencionou ter ido: “Fui à casa dos “ <i>One Directon</i> “ e o irmão (mais novo) imaginário, o “Nanã”
Dados cognitivos	
O G. possuía desenvolvidas a coordenação motora grossas	Comportamento infantil para a sua idade (imaturidade)
Facilitador apoio e relacionamento da família nuclear	Não reconhecia os meses, os dias da semana, as estações do ano e não sabia quanta horas tem um dia
Facilitador relacionamento família alargada, pares/colegas e membros da comunidade (professores)	O G. apresentava inabilidade para manter a atenção e concentração nas tarefas
	A sua posição era descoordenada quando estava sentado, tendia a não se manter muito quieto
	Não mostrava organização e gestão do tempo, percebendo-se uma falta de valorização do mesmo
	Revelava falta de conhecimentos do seu dia-a-dia e do mundo em geral
	O G. não tinha noção da realidade
	O aluno apresentava lacunas relativas às noções de tempo
	Demonstrava falta de organização e gestão de tempo
	Dificuldade na motricidade fina
	Capacidade cognitiva e intelectual posicionado a um nível <i>inferior</i> (QI=71)
Sem dificuldades ao nível:	Limitações acentuadas ao nível:
-capacidade de síntese e de integração de conhecimentos;	-memória visual
-pensamento lógico abstrato;	-capacidade em distinguir detalhes essenciais face aos não essenciais
-raciocínio verbal;	-capacidade de associar números a símbolos
-conhecimentos de estímulos semânticos;	-memorizar corretamente essas associações (capacidade de aprendizagem <i>mecânica</i> , automatizada)
-capacidade de aprendizagem/intelectual (competência linguística e conhecimentos lexicais);	-memória episódica (organização temporal)
-capacidade de análise e integração perceptiva (estratégia de resolução de problema).	-memória a longo prazo
	Algumas dificuldades:
	-retenção e manipulação da informação verbal na memória a curto-prazo
	-rapidez do processamento de informação
	-cálculo mental e raciocínio (quantitativo)
	-enunciados verbais
	-atenção e concentração
	-funcionamento viso-preceptivo/espacial

(continua)

Tabela 14 (continuação)

	-capacidade construtiva, coordenação e rapidez psicomotora -capacidade de atenção visual
Desenho “A minha família”: -mostrou algum entusiasmo; -desenhou uma mesa, quando questionado disse que era para a festa de anos dele.	No desenho: -fez identificação da irrealidade de pertencer alguns membros (cantores) à sua família -não mostrou muito empenho no desenho -não denotou-se cuidado no desenho, usando recorrentemente repetições na tarefa, e nem uma clara diferenciação sexual -as pessoas estavam numa proporção muito reduzida, apenas no final da folha -não esboçou todas as partes do corpo -não o fez de uma forma detalhada, tendo em conta as diferentes proporções das partes do corpo, nem mesmo vestuário -Só quando questionado, apareceu ele próprio, a mãe, o irmão “Naná” (imaginário), os avós, os tios/padrinhos, só novamente interrogado, colocou o pai e a irmã -Podendo ser considerado um desenho de grau muito reduzido de perfeição
➤ Por todos os fatores acima referidos (da sua história, ilações do desenho da família e o seu mundo “imaginário”/ausência da realidade) aliados às limitações acentuadas apresentadas pelo aluno que se repercutiam ao nível da atividade e participação, resultando em dificuldades que necessitavam de serviços especializados para aprendizagem escolar e promover o funcionamento biopsicossocial, considerou-se que o aluno apresentava NEE. Estas dificuldades poderão dever-se ao facto do aluno pertencer ao meio/nível sociocultural e/ou socioeconómico baixo, e à falta de acompanhamento e/ou estimulação cognitiva em casa, considerado uma barreira/dificuldade.	

Tendo a informação do perfil psicológico do aluno organizada, por pontos fortes e fracos, procedeu-se à exploração da concetualização teórica do caso apresentado, de modo a definir uma linha de intervenção e integração que permitissem o desenvolvimento ajustado do mesmo.

Conceptualização teórica

A entrada para a escola é sempre um momento de preocupação em relação à adaptação e às novas aprendizagens. As crianças que iniciam a escola cada vez mais necessitam dominar novas habilidades consideradas fundamentais para alcançarem o sucesso. Contudo, existem crianças melhor preparadas do que outras e algumas apresentarem dificuldades de integração e/ou problemas de aprendizagem. Determinadas crianças são totalmente autónomas e assumem as responsabilidades nas tarefas escolares, por sua vez, outras apresentam dificuldades na gestão

do tempo, na realização das atividades, dedicação às tarefas, patenteando dificuldades que muitas vezes vão além dos conteúdos escolares. As capacidades cognitivas são um instrumento crucial para uma boa aprendizagem, no entanto, alguns fatores como a memória, atenção e concentração, as atitudes e emoções, a memória, linguagem, a disposição e a maturidade que a criança tem para se aplicar constituem-se como aspetos que influenciam a adaptação à escola e à aprendizagem. Outro fator que tende a dificultar a sua aprendizagem, é a coordenação motora fina, esta é essencial para o desenvolvimento neuropsicomotor e intelectual da criança. Usar a motricidade fina para manipular objetos e realizar necessidades funcionais desempenha um papel importante para o desenvolvimento da criança e na participação das atividades de vida diária, incluindo além o ambiente familiar e social, que afetam o desempenho escolar. O desempenho escolar da criança é influenciado pelo seu nível de desenvolvimento cognitivo, físico, emocional e social (Papalia, Olds & Feldman, 2007).

Assim, com a Declaração de Salamanca sobre princípios, políticas e práticas na área das Necessidades Educativas Especiais (NEE), as Nações Unidas reconhecem a necessidade e a urgência de garantir a educação para as crianças, jovens e/ou adultos com NEE no quadro do sistema regular de educação e sistematizando tais princípios em educação especial, procurando integrar as crianças e jovens cujas necessidades envolvam deficiências ou dificuldades em aprender (UNESCO, 1994).

Segundo os critérios de elegibilidade para a Educação Especial (com NEE), os alunos que são elegíveis aparentam algumas características das quais, “limitações significativas ao nível da atividade e da participação, num ou vários domínios de vida, decorrentes de alterações funcionais e estruturais, de carácter permanente, resultando em dificuldades continuadas ao nível da comunicação, da aprendizagem, da mobilidade, da autonomia, do relacionamento interpessoal e da participação social”, características de distanciamento acentuado em termos de desempenho entre a sua idade cronológica e a sua prestação efetiva, quando comparado aos seus pares, dando lugar à mobilização de serviços especializados para promover o potencial de funcionamento biopsicossocial (Decreto-Lei n.º 3/2008).

Assim, todos aqueles que se encontrem numa situação de desvantagem devido a uma necessidade, num determinado momento, ou possuir uma deficiência física e/ou cognitivos graves, problemas cognitivos moderados ou ligeiro, sejam crianças de rua ou em situação de risco, que pertençam a minorias étnicas ou culturais entre outros, encontram-se abrangidos pelo conceito de Necessidades Educativas Especiais, devendo ser reunidos esforços no sentido de serem criadas condições que permitam a inclusão destes indivíduos num processo de

aprendizagem acessível e universal, de modo a satisfazer as necessidades diversas dos seus alunos (Correia, 2013).

Segundo (Cruz, 2012) o facto de o aluno ter NEE demonstrar que precisa de complementos educativos, adicionais ou diferentes daqueles que são normalmente praticados nas escolas através do ensino regular, sendo o objetivo principal promover o desenvolvimento e a educação do aluno (Cruz, 2012). Conforme frisado por Correia (2012), os alunos com este tipo de dificuldades devem usufruir de serviços especializados e adaptados ao seu Programa Educativo Individualizado (PEI).

Ao se proceder deste modo, procurando adaptar o ensino às necessidades educativas de cada aluno com necessidades de um ou outro nível, estarão a ser criadas estratégias de diferenciação que certamente irão beneficiar todos os alunos em termos de aprendizagem e inclusão efetiva (Neves, 2014).

A intervenção, por parte da Psicologia, com alunos que estejam referenciados com NEE, pode passar por ser necessário intervir ao nível da autoestima, do autoconceito, da autonomia, da atenção, da memória, da compreensão, da motivação, entre outras (Reid & Lienemann, 2006).

Tendo em conta as medidas nas NEE, em seguida, serão descritas as áreas sugeridas de intervenção psicológica, pedagógicas e familiar.

Intervenção Psicológica

Após a avaliação psicológica e a análise dos resultados acreditou-se ser fundamental a continuidade de um acompanhamento individual por parte da Psicologia ao aluno, com o objetivo de o aluno ser apoiado de modo a obter melhorias no seu desempenho e sucesso escolar, e consequentemente ao nível pessoal. Estipularam-se os objetivos e reportou-se a importância da intervenção, que passavam primordialmente por fomentar: a promoção de competências de autoconfiança, autodomínio, motivação e autoconhecimento; a promoção de atenção e concentração; o auto perceção e autoavaliação positiva das relações interpessoais; a sua capacidade de iniciativa e autonomia na execução de tarefas; o trabalho de conceitos como os dias da semana, as estações do ano, os meses e as horas e atividades para a motricidade fina.

Indicações Pedagógicas

De acordo com o suprarreferido ao nível da avaliação cognitiva, foi proposto aos Professores Titular Turma e de Apoio Educativo, auxiliarem o G. em atividades na superação das suas dificuldades, minimizando os seus problemas. Entre as propostas encontravam-se medidas que pretendiam nomeadamente:

Apoio pedagógico personalizado

O aluno deveria ser integrado numa turma mais reduzida, para que fosse efetivamente: proporcionado um apoio personalizado, condição para alcançar o sucesso escolar desejado; ao nível de português deveriam reforçar as dificuldades, sobretudo na leitura, escrita, interpretação verbal; na matemática o aluno deveria realizar diversas fichas para consolidar a matéria atendendo às suas acentuadas dificuldades a nível da capacidade de associar números a símbolos e dificuldades no cálculo mental e raciocínio.

Adequações curriculares individuais

No sentido de acompanhar o mais individualmente possível e verificar através de questões simples, perceber se o aluno acompanhou a exposição dos conteúdos e se tenha ficado dúvidas; ajudar o aluno a realizar a interpretação/compreensão de textos; reforço sistemático do aluno; ajudar o aluno a reconhecer as suas características positivas; reforçar a sua participação na sala de aula; introdução de conteúdos e objetivos ainda não adquiridos; subdividir um objetivo ou conteúdo, de modo a facilitar a aprendizagem faseada; realizar mais exercícios nos conteúdos considerados relevantes para o aluno; na sala de aula, o aluno deve ocupar um lugar facilitador da atenção/concentração, e longe da janela, ou seja, em local onde ele tenha menor probabilidade de se distrair; valorizar as intervenções orais; diversificar materiais de suporte na aula como projetor, vídeos e demonstrações práticas; realizar exercícios estimulantes de atenção/concentração;

Processo de avaliação

No sentido de realizar testes com questões simples; verbalizar detalhadamente as instruções necessárias para a realização da tarefa de modo a promover a atenção do aluno; solicitar ao aluno que repita as indicações do professor, para garantir que este as compreendeu e assimilou o que seria pretendido; a avaliação deve ser realizada da parte da manhã, devido às dificuldades de concentração e atenção do aluno.

Indicações Família

Importa envolver ativamente os pais/família do G. neste processo, assim foi transmitido as seguintes sugestões e linhas de ação aos mesmos:

Incentivar o aluno para a leitura e escrita frequente, bem como a realizar atividades de estimulação cognitiva, como jogos de tabuleiro, sopas de letras/ sílabas/ palavras/ frases, palavras cruzadas, jogos de memória, dominós; otimizar as características positivas (motivação esforço, facilidade no estabelecimento de relações interpessoais), de modo a promover o desenvolvimento positivo e o sucesso escolar; voltar a solicitar a colaboração da Terapia da Fala e do Terapeuta Ocupacional, com finalidade de pedir uma nova avaliação e averiguar a necessidade de o aluno voltar a ser novamente acompanhado por estes profissionais.

Posto isto, passamos à reflexão do caso G, o que certamente constitui um valioso momento para o trabalho da estagiária.

Formulação caso G.

Depois de delineadas as áreas de intervenção, foi posteriormente transmitido à estagiária que o processo não daria continuidade por parte da psicologia devido aos constrangimentos e regras na instituição, pelo que o aluno iria passar a ser acompanhado apenas pelo professor do Ensino Especial. Em consequência deste facto, não podemos apresentar os resultados associados a esta fase de intervenção por parte da psicologia.

Antes de mais importa referir que este caso foi observado e supervisionado pela Orientadora de estágio, Dra. Sónia Dias, a qual esteve sempre presente em todas as reuniões. De modo a seguir e a manter o procedimento utilizado pela Psicóloga do AE Maximinos com os alunos do 1º ciclo, a estagiária ia buscar o aluno à sala de aula, e no final de cada atendimento, acompanhava-o novamente à sala de aula.

Relativamente à administração dos subtestes, que constituem a WISC-III, considera-se que as normas de aplicação foram cumpridas, tendo sido explicado ao G. todos os subtestes e materiais utilizados para a execução dos mesmos. Foram também de extrema importância as reuniões com a Encarregada de Educação e com o Professor Titular para recolher informações pertinentes do caso do aluno e para uma melhor avaliação do mesmo. A reunião com toda a equipa responsável pela elaboração do Programa Educativo Individual do aluno também decorreu conforme previsto nestes casos de referenciação para as NEE.

Quanto à avaliação cognitiva concretizada ao G. através da WISC-III, esta mostrou-se essencial tendo em conta os objetivos iniciais deste atendimento, as notórias dificuldades no processo de ensino-aprendizagem que o aluno revelou e, o facto de tal instrumento estar apto para crianças em idade escolar, mais propriamente, dos 6 até aos 16 anos de idade. No entanto poderíamos ter considerado utilizar, na fase de avaliação, métodos para analisar as suas competências de escrita, como a aplicação de um instrumento de pré-requisitos para ler e escrever, e assim perceber efetivamente onde o aluno revelava as dificuldades nessas áreas. Podendo ter ajudado esses dados para uma avaliação mais completa dos reais problemas do aluno. Julgamos que uma avaliação da leitura por parte da psicologia traria benefícios, em exemplo, através de um texto e de um ditado de palavras, através da Prova de Reconhecimento de Palavras, o *Mme Borel* (permite a articulação de reconhecimento auditivo e visual de sons, de reprodução oral e escrita de fonemas ouvidos, ditado e leitura), a aplicação do Método *Distema*, conduziria à obtenção de consciência silábica e fonémica e/ou Matrizes de *Raven* para a complementar a avaliação do nível intelectual/cognitivo. Desta forma, a aplicação de um destes instrumentos poderiam ter sido importantes para corroborar os resultados díspares a partir de outras provas, que avaliassem as áreas onde o aluno apresentou maiores dificuldades.

Apesar de ser prática corrente na instituição não dar continuidade à maior parte dos atendimentos pela psicologia aos casos que são integrados em Educação Especial, a estagiária entende que os apoios não são incompatíveis mas sim complementares, pelo que julga que no presente caso se trate de uma lacuna institucional.

Julgamos, que seria importante dar continuidade ao processo, no sentido de promover as áreas já acima referidas. Seria relevante ter havido oportunidade de serem estruturados objetivos para o caso do G. e as respetivas estratégias de intervenção, uma vez que o aluno não era capaz de desenvolver e consolidar conhecimentos pedagógicos, sendo pertinente a possibilidade de explorar de modo mais preciso e concreto esta problemática por parte da estagiária.

A postura do aluno que demonstrou alguma imaturidade para a sua idade, as dificuldades de atenção e concentração nas tarefas e o cansaço, podem ter dificultado ocasionalmente a atividade, o que levou a que tenha sido necessário um prolongamento do terceiro atendimento, decisão que se julgou ser perfeitamente adequada.

O G. exigiu chamadas de atenção recorrentes, sucessivas e orientadas por parte da estagiária, caso contrário, dificilmente executava uma tarefa do início ao fim e de forma

sequencial. Revelava necessitar de períodos de tempo maiores para a realização das tarefas mais exigentes, essencialmente, do domínio raciocínio numérico, dadas as suas limitações.

As dificuldades de atenção e concentração do aluno não se encontravam associadas à hiperatividade mas antes à distração com barulhos e ao limite de tempo, e ainda, por se revelar ser uma criança com falta de estímulo, à descoberta do mundo que o rodeia, que vive muito no imaginário.

Considerando a postura do aluno acredita-se que a WISC não devia ter sido aplicada no primeiro encontro, devido ao G. ter apenas 6 anos e ter revelado bastantes dificuldades ao nível da atenção e concentração. Além disso, a sua aplicação poderia ter sido estendida para 4 atendimentos. A divisão em apenas 3 partes, como aconteceu, implicou prováveis índices de cansaço maiores, atendendo à extensão do documento. Faria sentido a estagiária ter diminuído o tempo da aplicação do instrumento na sessão, criando no final uma atividade de avaliação, mais lúdica, para assim permitir que o aluno considerasse o atendimento mais descontraído. Esta atividade permitiria ainda, a criação de vínculo, ou seja, a relação entre a estagiária e o aluno.

Refere-se ainda, que a atividade do desenho da família foi de extrema importância, pois permitiu obter informações relevantes do caso. A estagiária considera que poderiam ter sido realizadas mais atividades nesse sentido, pois enriqueceriam o atendimento de modo a proporcionar mais informações necessária ao planeamento adequado da intervenção. Além disso, a estagiária tendo tido conhecimento da ficção do G. pelos *One Direction* poderia aprofundar essa questão, no sentido de perceber até que ponto o aluno a entende como real, e quais as consequências dessa fantasia, aparentemente descontextualizada da idade.

Alguns outros pontos necessitariam de uma maior exploração, como o irmão Naná (imaginário) que o aluno referiu, o facto de ter relegado para último lugar no desenho de família a figura do pai e só o ter desenhado após a interpelação da estagiária, no sentido de o questionar sobre a probabilidade da falta de algum elemento familiar. Teria sido igualmente importante, perceber qual é a relação e importância que o aluno atribuiu à mãe e ao pai, visto que, através da história percebe-se que se trata uma família unida, onde há partilha de momentos em comum, nem que seja as visitas aos avós, que não constavam do desenho de família do aluno. Por tudo, acredita-se que teria sido muito importante ter dado continuidade à intervenção por parte da Psicologia.

Nestes casos de alunos que apresentam algumas dificuldades na sua aprendizagem o Agrupamento tende a dar a sua resposta pela referenciação do aluno para o mesmo obter o apoio

que necessita através da Educação Especial. Contudo, julgamos que embora o aluno apresentasse de facto dificuldades avaliamos com um outro tipo de apoio e com o treino de algumas estratégias poderiam ser minoradas, sendo que evitaria de momento a inclusão nas NEE, ficaríamos a aguardar a evolução ou não do mesmo.

Acreditamos, que as bases familiares que o G. tinha favoreciam um bom desenvolvimento emocional e afetivo, que terá implicações fundamentais na construção e definição da personalidade do aluno. Todavia avaliamos que os mesmos embora preocupados com a situação do aluno não proporcionem momentos e atividades para estimular cognitivamente o aluno.

Assim, o primeiro atendimento realizado pela estagiária foi carregado de expectativas e de emotividade. Questões como: Será que iria correr como desejaria? As palavras e as questões seriam as mais acertadas e pertinentes ao caso e à faixa etária da criança? A postura seria a mais adequada? Estas e outras questões estiveram sempre presentes nas preocupações da estagiária. Assim, após profunda reflexão acerca deste primeiro caso de atendimento individual, foi possível ver com maior clareza a relevância de imensos detalhes que se julgam ser de maior importância como, todo processo de interação, a disposição das cadeiras, mesa, o conforto, a presença ou ausência de uma das partes, seja a Psicóloga ou a criança.

Confirmou-se, igualmente, a importância do local onde decorre o atendimento, ser calmo e silencioso, sem a ocorrência interferências de terceiros. Isto, atendendo ao facto que, nos atendimentos individualizados não se pode nunca reduzir a atenção aos conteúdos verbais da criança, mas estarmos atentos à postura, e aos conteúdos não-verbais, que constituem informações essenciais para uma boa interpretação final. O local onde decorreu o atendimento, sala dos professores no Centro Escolar da Naia, não foi considerado o melhor. Registe-se que não existe na escola uma sala apropriada para se realizar os atendimentos, para que os mesmos possam decorrer normalmente e sem interrupções, pois tratando-se de um espaço que tende a ser frequentado por todos existe o risco constante de interrupções no processo por terceiros, embora a estagiária mediu esforços para que tal não tivesse ocorrido.

As dificuldades que foram sentidas por parte da estagiária prenderam-se essencialmente com os poucos recursos existentes no espaço de trabalho e com o pouco tempo das sessões.

Conclui-se esta reflexão julgando ter sido muito enriquecedor intervir neste caso pois permitiu à estagiária adquirir algumas aptidões da prática essenciais para o futuro, na intervenção em outros casos. Consideramos que todos os objetivos que dependiam diretamente da mesma foram todos alcançados, os restantes que constavam no plano inicial de avaliação,

apesar de todos os esforços que a estagiária realizou nesse sentido, por depender de terceiros, não foram todos concretizados.

Assim, depois de apresentado o primeiro caso, descreve-se seguidamente sucintamente, tal como acima referido, o segundo caso que a estagiária teve oportunidade de acompanhar, o caso F, sendo que a descrição pormenorizada de intervenção se encontra em anexo (15).

3.3.1.2. Descrição do caso F. - Reavaliação cognitiva

Identificação

Tabela 15: Dados biográficos e escolares de F.

Nome	F.
Sexo	Masculino
Data de Nascimento	16-06-2003
Idade	11 anos
Escola	Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão
Nível de Educação/Ensino	2º ciclo
Ano de escolaridade	5º ano
Número de retenções	1

Motivo de encaminhamento

O F. foi referenciado pelo Conselho de Turma, através da Ficha de Encaminhamento, para a Psicologia, a fim de ser realizada uma reavaliação psicológica especializada, por forma a se identificarem atuais potencialidades e fragilidades cognitivas do aluno com o objetivo de se poder traçar um plano de ação/intervenção o mais ajustado possível às suas características e necessidades, tendo em vista o próximo ano letivo.

O F. apresenta no seu Processo Individual do Aluno (PIA), documentos nos quais se encontrava patente que ao longo da pré-escola, com 4 e 5 anos (2007/2008 e 2008/2009) o aluno apresentava um “ligeiro atraso cognitivo”. Esta informação foi novamente reforçada aquando do seu ingresso no primeiro ciclo de formação, 2009/2010, com 6 anos, que motivou a sua referência para a avaliação pela Educação Especial. A avaliação e análise, por parte da Psicóloga e Educação Especial da escola realizada nessa data, concluiu que não se encontravam reunidas as condições necessárias para elegibilidade do aluno para integrar o apoio, tendo em conta o Decreto-Lei 3/2008 de 7 de janeiro.

A Psicóloga recebeu esse pedido e acedeu ao desígnio de realizar uma nova avaliação cognitiva ao aluno. Por crer que seria uma boa oportunidade, delegou o caso à estagiária com tais indicações e objetivos dos atendimentos, entrevista anamnese e avaliação cognitiva.

Dados do Processo

Tabela 16: Dados processuais de atendimento de F.

Psicóloga estagiária	Rosa Araújo
Psicóloga orientadora	Dra. Sónia Dias
Motivo de encaminhamento	Avaliação Cognitiva
Problemática	Dificuldade na Aprendizagem
Local do atendimento	Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão
Data início do acompanhamento	18 de maio de 2015
Data fim do acompanhamento	4 de junho de 2015
Número de sessões com aluno	3
Duração do atendimento	45 minutos
Reuniões com a encarregada de educação	1
Reuniões com a Diretora de Turma	2

História familiar

O aluno vivia com a mãe, (41 anos) Assistente em lar/centro social e Catequista, tendo o 12º ano de escolaridade, com o pai, (45 anos) Operador Fabril, tendo o 7º ano de escolaridade e com o irmão J., (13 anos), a frequentar o 8º ano de escolaridade. A família pertence a um nível socioeconómico e sociocultural médio baixo. O F. tem apoio da família alargada, ou seja, dos avós paternos e dos avós maternos. Devido ao trabalho dos pais, por vezes, o F. e o irmão ficavam em casa dos avós maternos, antes e/ou depois da escola e era o avô materno quem os acompanhava à escola. Os avós maternos ajudavam, ainda, financeiramente os pais do F. como no caso dos pagamentos das consultas, mas devido a doença/operações a que foram submetidos tendiam ajudar menos. O aluno revelou ter uma boa interação e relação quer com a família nuclear, quer com a família alargada.

As atividades de lazer do aluno, por norma, consistiam em jantar com os pais e irmão à sexta-feira na zona da Apúlia e/ou Póvoa de Varzim. Aos domingos costumava ir almoçar a casa dos avós paternos e/ou maternos e brincava com as primas. Nas férias de verão fazia campismo em Viana do Castelo com a família nuclear, onde por vezes se juntavam duas primas. Todos os anos ainda faziam uma semana de férias no Algarve, num hotel, com a família nuclear. Frequentava os escuteiros com o irmão, brincava com o pai e irmão (jogos de tabuleiros) e jogava videojogos no *Tablet* e no computador. O F. referiu gostar de frequentar os escuteiros, contudo, quando o grupo organizava atividades e o aluno tinha de ficar longe de casa referiu sentir saudades de casa. Ainda neste seguimento o aluno partilhou que o seu guia (chefe dos escuteiros) por vezes repreendia o aluno pela falta de autonomia e autoconfiança na realização das atividades o que causava alguma instabilidade emocional ao F.

História do desenvolvimento

A mãe referiu que o aluno apresentava um desenvolvimento não normativo na linguagem (tendo pronunciado as primeiras palavras por volta dos 37 meses). Alguns meses depois do seu nascimento os pais foram percebendo que o F. era um menino “especial”. Passou por vários diagnósticos para despiste de algumas problemáticas como Autismo, Síndrome de *Asperger* até ao último (5 de junho de 2009) em que foi efetivamente diagnosticado um ligeiro atraso no Desenvolvimento Cognitivo. O aluno ao completar os 6 anos apresentava um quadro de Perturbação Global do Desenvolvimento SOE (défice no desenvolvimento da interação social recíproca associado a um déficit das competências de comunicação verbal e à presença de interesses e atividades estereotipados). Frequentou desde os 5 anos de idade Terapia da Fala, Terapia Ocupacional, Pedopsiquiatria, Neurologia, e Psicologia por apresentar atraso no desenvolvimento. Aos 6 anos, com referência para NEE, os técnicos do Agrupamento concluíram que não se encontravam reunidas as condições necessárias, por o aluno apresentar dificuldades a um ritmo de execução mais lento, uma ligeira dificuldade ao nível de estruturação espacial e na linguagem falada. Contudo, era perceptível que o aluno tinha feito progressos com a Terapia da Fala.

O aluno encontrava-se medicado com os seguintes fármacos: *Rubifen* para estimulação da atenção e concentração; *Valdispert* para dormir; e, com um *Spray* para a fossa nasal devido a ter *Adenoides*, tendo sido já operado aos 6 anos, embora continuasse com dificuldades de respiração. Todas as noites dormia sensivelmente 9h, sendo que se deitava às 10:30h e levantava-se por volta das 7:00h. Fez rastreios auditivos e visuais, mas não foi detetado qualquer problema. O aluno alimentava-se bem, fazendo as refeições diárias recomendadas.

História escolar

O F. não frequentou a creche, ficando ao cuidado da avó materna, até aos 5 anos, momento em que ingressa no ensino pré-escolar. Não teve uma boa adaptação, teve dificuldades ao nível de socialização e por não gostar de ser contrariado. O aluno revelava algum atraso no desenvolvimento na linguagem e cognitivo, sendo que as aquisições se reportavam a uma criança de um grupo etário inferior á sua idade. Aos 6 anos ingressou no 1º ano do primeiro ciclo de formação, revelando dificuldades em todas as áreas curriculares, mas acaba por transitar de ano.

Matriculado no 2º ano de escolaridade, continuava a trabalhar ainda competências do 1º ano de escolaridade, revelava dificuldades a português (leitura e escrita) e a matemática

(interpretação, resolução de situações problemáticas, composição e decomposição de números e cálculo). Era um aluno com pouca autonomia e muito lento na execução das tarefas que lhe eram propostas, necessitando de ser chamado à atenção para as terminar. Nesse ano usufruiu de Apoio Educativo com a duração de duas horas e meia por semana, mas perante todas as dificuldades acabou por não conseguir transitar de ano. No 2º ano de escolaridade, o aluno foi sujeito a um Plano de Acompanhamento (aplicável aos alunos que ficaram retidos) onde se podia ler que o aluno revelava diversas dificuldades, nomeadamente ao nível de pré-requisitos em Língua Portuguesa, Matemática, Estudo do Meio e Estudo Acompanhado. Revelava dificuldades na apreensão e compreensão de conhecimentos, expressão e compreensão escrita e oral com lacunas, cálculo mental e raciocínio lógico-dedutivo pouco desenvolvido e baixa autonomia na realização das tarefas, necessitando de controlo de trabalho nas aulas e em casa. Perante as dificuldades, voltou a usufruir neste ano de Apoio Educativo. Embora não tenha ultrapassado todas as dificuldades diagnosticadas, havia apresentado algumas melhorias a Matemática e Estudo do Meio, sendo que a Português ainda sentia dificuldades na interpretação de textos. Tendo ainda assim, transitado para o 3º ano de escolaridade e continuado com os mesmos apoios nesse ano e quando à passagem para o 4º ano de escolaridade. No ano letivo 2014/2015 ingressou no 5º ano de escolaridade na Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão. Embora no 5º ano de escolaridade não tenha tido nenhuma negativa no 1º e 2º período, e a classificação mais baixa (3), a Professora Titular de Turma referiu que o aluno continuava muito apático e lento nas tarefas. E ao que acima já foi referido, apesar desta conclusão (não elegibilidade) por parte dos técnicos, a mãe manteve-se atenta à evolução do seu educando, estando preocupada com o desempenho escolar do F, por este revelar dificuldades nas atividades escolares e receava com a transição de ciclo no seguinte ano letivo, manifestando um elevado interesse numa nova avaliação e possível acompanhamento psicológico.

Quanto ao relacionamento interpessoal com os colegas era positivo e saudável. Sentia-se muito feliz quando alcançava bons resultados nas avaliações. Indicou, que por norma só estuda às sextas, sábados e/ou domingos, sensivelmente duas horas no total.

Caraterização atual/perfil psicológico do F.

Antes de mais é importante mencionar que tinha sido solicitada a presença da Encarregada de Educação à escola para uma reunião, no início do atendimento, mas tal só foi possível no final dos atendimentos com o F., segundo a mãe, devido ao trabalho. O Processo

do Aluno foi requisitado na escola onde o F. frequentava para a estagiária recolher mais informações, além de terem sido realizada as reuniões com a Diretora de Turma.

Os objetivos iniciais para o primeiro atendimento prenderam-se essencialmente com o estabelecimento de uma ligação empática e com a recolha de informação, através de uma entrevista semiestruturada, onde a estagiária pudesse obter dados pertinentes a nível pessoal, familiar e escolar (percebendo a sua interação em todos os sistemas), relações interpessoais, atividades de lazer, entre outros, julgados importantes para a caracterização de uma criança da sua idade. Esta informação também foi útil para avaliar a estruturação e coerência do seu pensamento, discurso, raciocínio, capacidade de refletir, tomada de decisão e iniciativa, análise crítica e estabilidade emocional.

Os dois últimos atendimentos, objetivaram a aplicação da WISC-III (Wechsler, 2003) para se proceder à efetiva reavaliação do caso, de modo a perceber o nível atual de desenvolvimento cognitivo do aluno e, se fosse o caso, adequar as medidas necessárias. Denote-se que no dia da aplicação da WISC, a idade cronológica do F. era de 11 anos, 11 meses e 18 dias. Durante estes dois atendimentos, foram aplicadas todas as provas, excluindo o subteste opcional *Memória de Dígitos e Labirintos* pela indicação e sugestão da Orientadora de estágio que considerou não ser relevante a sua aplicação perante o sucesso da maioria das provas. Assim, podemos verificar de seguida, nas tabelas (17 e 18) os resultados obtidos em tal instrumento.

Tabela 17: Resultados obtidos na WISC-III, subtestes do caso F.

Subtestes	Resultados brutos	Resultados Padronizados				
		Verb.	Real.	CV	OP	VP
Completamento de gravuras	24		14		14	
Informação	20	13		13		
Código	44		8			8
Semelhanças	16	11		11		
Disposição de Gravuras	32		11		11	
Aritmética	13	9				
Cubos	44		10		10	
Vocabulário	29	12		12		
Composição de Objetos	30		10		10	
Compreensão	15	10		10		
(Pesquisa de Símbolos)	15		5		5	
(Memória de dígitos)	-	-	-	-	-	
(Labirintos)	-	-	-	-	-	
Soma dos resultados Padronizados		55	58	46	45	13
		113				
		Somatório da Escala Completa				

Tabela 18: Resultados obtidos na WISC-III, Escala QI, caso F.

	Resultado	QI/Índice	Percentil	90 % Intervalo de confiança.
Verbal	55	106	55	99-112
Realização	58	111	77	102-117
Escala Completa	113	109	72	101-115
CV	46	109	72	101-115
OP	45	107	68	98-114
VP	13	81	10	76-94

Como é perceptível verificar os resultados permitiram aferir pela análise quantitativa que o F. apresentava um desenvolvimento cognitivo global dentro da *média* QI 109 (QIV 106 e QIR 111) quando comparado com pares da sua faixa etária.

Da análise dos índices fatoriais, verificou-se homogeneidade no seu desempenho quanto à *Compreensão Verbal* (QI 109) e *Organização Perceptiva* (QI 107) ou seja, situam-se nos limites *médio*, já na *Velocidade de Processamento* (QI 81) encontra-se num desenvolvimento cognitivo *médio inferior*, face aos parâmetros normativos estabelecidos para a sua faixa etária.

É possível considerar que o aluno encontrava-se sem dificuldades, apresentando um conhecimento geral e organizado, boa memória de curto e longo prazo, compreensão e interesse, capacidade de síntese, integração de conhecimentos, habilidade em usar conceitos numéricos abstratos e operações numéricas, interpretação de situações sociais, boas qualidades práticas e capacidade em verbalizar.

Contudo, foi possível concluir que o aluno apresentava dificuldades ao nível da coordenação visuo-motora, planificação, organização e discriminação perceptiva, bem como limitações na atenção, memória visual e memória de trabalho que dificultavam a rapidez do processamento de informação. Assim, estes fatores aliados à história do aluno resultam na dificuldade ao nível da aprendizagem apresentada. O meio social e socioeconómico baixo no qual se inseria podiam também não ser abonatórios para o seu desenvolvimento mais positivo. Deste modo, seria necessário o acompanhamento psicológico com um processo de intervenção que contemplasse a promoção de competências emocionais e cognitivas.

Embora no que se refere aos hábitos e métodos de estudo, o aluno não tenha sido avaliado pelos métodos mais adequados para esse propósito, pois apenas se tenha considerado a entrevista, concluiu-se que nesta área e no que respeita à gestão do tempo do F. eram desadequados. O F. não tinha por hábito fazer resumos para os momentos de avaliação, sendo

que o seu estudo baseava-se na leitura desorganizada do manual. Só estudava ao fim de semana, preparava os momentos de avaliação na véspera e não planificava as suas atividades. Considerando que poderiam surgir dificuldades perante as exigências do processo de transição para um novo ciclo de formação, 6º ano de escolaridade, verificamos a necessidade de intervir também a este nível.

Importa realçar que a postura do aluno perante os atendimentos foi linear e constante, tendo um comportamento assíduo e pontual, trabalhador, empenhado e, acima de tudo, muito cumpridor. Contudo, foram perceptíveis pequenas dificuldades na manipulação do lápis, implicando rapidez e precisão, resultando na lentidão da realização das tarefas.

Para além das sessões com o aluno, conforme anteriormente referido, foi realizada uma sessão com a Encarregada de Educação do F. para apresentar os resultados obtidos na avaliação e aferir alguns dados superficiais (devido à escassa duração da entrevista) do seu desenvolvimento histórico. Esta sessão tinha por objetivo não apenas a partilha de informação, mas, essencialmente, o intuito de se poder delinear um plano de ação de apoio ao F. no contexto familiar, o mais ajustado quanto possível às suas características e necessidades, tendo em consideração que o próximo ano letivo é um ano terminal de ciclo, com lugar à realização de exames nacionais.

Uma vez que o aluno apresentou dificuldades na aquisição e desenvolvimento da fala, embora não estivesse, à data, a ser acompanhado pela Terapia de Fala, julgamos que teria sido pertinente ter sido avaliado de forma aprofundada a leitura e a escrita por parte da Psicologia. Contudo, devido ao término do ano letivo, não se procedeu a tal avaliação, tendo sido recomendado ao GMOE ser realizada a mesma no próximo ano letivo de 2015/2016, caso seja dado continuidade do processo por parte da Psicologia.

Devido ao limite de espaço neste documento, em anexo (14), é possível encontrar as principais características que definem o perfil psicológico do aluno, distribuído pelas áreas fortes e áreas fracas e outras informações do caso. Resultante da avaliação atual revelou-se, portanto, a pertinência do apoio pela psicologia ao F. no próximo ano letivo, assim, as indicações foram dadas à mãe/encarregada de educação, à Diretora de Turma (professores) e para a parte da Psicologia (anexo, 14).

Formulação caso F.

Neste segundo caso de atendimento realizado pela estagiária, com aplicação do instrumento WISC-III, posteriormente à experiência de observação e após ter havido a

oportunidade anterior de aplicar o mesmo instrumento, fez com que houvesse, desta vez, à-vontade na realização de tal tarefa.

Acreditamos que este caso, perante as suas particularidades, não deveria ter sido considerado um caso prioritário do GMOE para intervir, isto quando comparado com outros casos presentes no Agrupamento, que talvez fossem mais urgentes e cujas dificuldades seriam, sem dúvida, mais acentuadas do que as do presente caso. Isto porque o aluno no momento encontrava-se sem grandes dificuldades na aprendizagem, ou seja, tinha um rendimento académico dentro da média a todas as disciplinas. Pelo que, na impossibilidade anteriormente referida em dar a resposta mais adequada a todos os casos que necessitam da ajuda por parte da psicologia, talvez o caso do F. pudesse não ser considerado como prioritário.

Julga-se que a reavaliação cognitiva através da WISC-III era um dos métodos possíveis para ser aplicado no caso do F, devido ao historial de dificuldades apresentadas ao longo do seu desenvolvimento e para, caso se revelasse necessário, estruturar uma intervenção direcionada às possíveis dificuldades atuais do aluno, como era pretendido. Sendo que, acredita-se ter sido uma boa decisão, por parte da estagiária, ao não aplicar a WISC no primeiro atendimento do F., pois assim, permitiu espaço para a partilha de acontecimentos do aluno e para a criação de uma relação empática, aspeto que não tinha acontecido no atendimento do caso G, e por esse facto, julga-se que foi uma evolução positiva.

É notória uma significativa estimulação ambiental, familiar, a par de um elevado esforço e empenho por parte do aluno, que tendia a não desistir das tarefas, antes investia e fazia por as concretizar. Talvez devido a estas características e à medicação que o aluno efetuava, não se tenham detetado dificuldades maiores, principalmente na atenção e concentração, através da aplicação do instrumento.

Considera-se, ainda, que o processo de acompanhamento do aluno não decorreu dentro dos parâmetros esperados, devido à limitação de tempo, nomeadamente pela realização dos exames nacionais, das atividades agendadas no Agrupamento e pelo término do ano letivo, pelo que não foi possível dar continuidade ao acompanhamento deste caso.

No entanto, é possível que o aluno venha a necessitar, provavelmente, no seguinte ano letivo, de apoio por parte da Psicologia, devido às suas limitações apresentadas e por ser um nível de formação mais elevado e com outro tipo de exigências. Julga-se que se deverá trabalhar com o aluno a atenção e concentração, aplicando algumas estratégias e exercícios nesse sentido e acredita-se que se poderá incidir neste aspeto de modo perspicaz, proporcionando impacto

positivo no aluno, para se conseguirem progressos a este nível, em particular no contexto de sala de aula.

Seria pertinente ser trabalhada a área emocional, do autoconhecimento, a autonomia, o autoconceito, enfatizando os aspetos positivos da sua personalidade. Mediante o elogio e a valorização dos progressos que venham a ser apresentados ao longo do acompanhamento, como pelas aprendizagens e atividades bem-sucedidas, demonstrando as expetativas positivas em relação às suas potencialidades, acredita-se que a postura e atitude retraída venha a transformar positivamente a sua autoestima, autoconfiança e motivação em todas as áreas da sua vida.

Seria ainda uma mais-valia para o F. obter uma ajuda em termos de hábitos e métodos de estudos (autorregulação de aprendizagem) que incidisse em estratégias como a realização de um horário escolar, de uma tabela de planificação de atividades, considerando os momentos de avaliação do aluno e um plano de estudo. Assim como, a transmissão de estratégias de estudo adequadas ao seu nível de formação académico.

Quanto às medidas pedagógicas de forma a serem colmatadas as suas dificuldades os professores deveriam elogiar e valorizar, sempre que necessário, os progressos apresentados, e incentivando e elogiando a participação e o esforço desenvolvido pelo aluno. Seria importante demonstrar expetativas positivas em relação ao aluno. Quanto às estratégias de disposição na sala de aula, o aluno deveria ser colocado num local próximo ao professor de modo a que fosse mais apoiado, devendo ser frequentemente questionado sobre a matéria dada na aula de modo a concentrar a sua atenção.

Para terminar, registe-se que o F. revelou, desde de logo, bastante receptividade à ajuda por parte da Psicologia, tendo-se mostrado, sempre cumpridor, empenhado e esforçado em todas as tarefas, manifestando disponibilidade para as atividades que lhe eram propostas.

Finda que está, a apresentação das atividades de intervenção individuais, passaremos ao ponto seguinte onde serão apresentadas as atividades de intervenção em grupo, que a estagiária teve a oportunidade de realizar em contexto de estágio no AE Maximinos, inserida no GMOE.

3.4. Atividades de Intervenção em Grupo

A implementação de programas em grupo, essencialmente no contexto educacional, permite ao Psicólogo atuar na prevenção dos problemas, bem como na promoção de competências pessoais e relacionais (Meyers & Nastasi, 1999 cit. in Carvalho, 2007). Tais intervenções favorecem a partilha de experiências, o debate de opiniões, o conhecimento e

aprendizagem para lidar com diferentes perspetivas acerca do mesmo tema e o desenvolvimento da noção de grupo.

Assim, nos parâmetros seguintes, serão apresentados todas as atividades de intervenção em grupo. Com a exceção de um programa realizado e implementado apenas pela estagiária, os restantes foram desenvolvidos em parceria com as duas colegas de estágio, Ana Luísa Faria e Bruna Rodrigues. Estes programas tiveram por base a orientação e apoio da Psicóloga da instituição, Dra. Sónia Dias e supervisão pela responsável do estágio, a Professora Doutora Ângela Azevedo.

Estas atividades de intervenção em grupo perfazem um total de 5 programas, dos quais constam: um programa de desenvolvimento competências socioemocionais direcionado a alunos, Pais, Educadora de Infância e Auxiliar de Educação do ensino pré-escolar (4/5 anos); outro visando a autorregulação da aprendizagem (hábitos e métodos de estudo) tendo por destinatários os alunos de 4 turmas do 5º ano de escolaridade; um programa que objetivava a promoção do autoconhecimento, implementado em 3 turmas do 5º ano de escolaridade e dois programas de orientação vocacional, um específico para os alunos de 8 turmas do 9º ano e outro para os alunos do ensino secundário. Os programas de orientação vocacional pertencem ao GMOE, contudo as estagiárias reformularam tais programas com o intuito introduzir melhoramentos na sua aplicação. Além dos referidos programas de intervenção em grupo, foi ainda realizado em equipa, com as colegas de estágio, um evento, o qual consideramos totalmente inédito no AE Maximinos, uma Feira das Profissões, proporcionando um maior apoio aos jovens na sua orientação vocacional, complementando assim, os outros dois programas atrás já mencionados.

Em seguida apresentam-se descritos de forma breve e sucinta as referidas atividades, por ordem de aplicação no ano de escolaridade a que cada programa era dirigido, ou seja, será mencionado inicialmente o programa desenvolvido com os alunos no pré-escolar seguindo-se discriminados sucessivamente os outros programas até aos alunos do 12º ano de escolaridade.

3.4.1. Programa: "*Dora, a exploradora vai envolver, participar e incluir!*"" ⁵



Com a finalidade de se obter uma vista geral do programa de intervenção "*Dora, a exploradora vai envolver, participar e incluir!*", apresenta-se de seguida a Tabela 19,

⁵ Toda a documentação integral relativa a este programa encontra-se em anexo para que se possam consultar de forma mais detalhada todas as dinâmicas envolvidas, possibilitando ao leitor uma visão mais abrangente do trabalho desenvolvido em todas as sessões (anexo 16).

onde podem ser consultadas diversas informações essenciais que permitem uma melhor compreensão acerca do tema, objetivos gerais, destinatários, sessões, entre outros.

Tabela 19: Ficha técnica do programa "Dora, a exploradora vai envolver, participar e incluir!"

Título: "Dora, a exploradora vai envolver, participar e incluir!"	
Tema: Competências socioemocionais	
Supervisão: Gabinete Mediação e Orientação Escolar (GMOE)	
Objetivos Gerais: – Proporcionar o desenvolvimento e intensificação de diversas competências pessoais básicas (emoções, sentimentos, comportamento e autonomia) e relacionais; – Contribuir para o desenvolvimento integral e a valorização escolar das crianças; – Permitir a educação, compreensão e reconhecimento do respeito pelas diferentes culturas; – Desenvolver atitudes de inclusão, aceitação, integração e valorização escolar, através da sensibilização dos alunos e dos encarregados de educação.	
Destinatários: 25 alunos – Turma sala 4/5 anos do pré-escolar da CE Naia (crianças de várias culturas, 7 etnia cigana, 2 brasileiros, 1 romeno, 15 portugueses) - Pais/encarregados de educação - Educadora de Infância e Auxiliar de Educação	
Dinamizadora: Psicóloga estagiária	
Número de sessões: 12 8 sessões - crianças 1 sessão – Educadora Infância 2 sessões - Pais/EE 1 Sessão (final) – Todos os intervenientes *A Educadora de Infância e a Auxiliar de Educação estiverem presentes em todas as sessões (12)	
Frequência: 2 x Semana	Duração: 60 minutos (11ª sessão) 90 minutos (12ª sessão)
Horário: 9:15h às 10:15h (3ª, 4ª, 5ª, 6ª, 7ª, 9ª 10ª, e 11ª sessão/crianças) 16h às 17h (2ª sessão/Educadora de Infância) 18:00h às 19:00h (1ª e 8ª sessão/pais/encarregados de educação) 14:30h às 16:00h (12ª sessão/todos os intervenientes)	
Local: Sala de aula dos alunos, no Centro Escolar da Naia	
Autora: Rosa Araújo – Universidade Católica de Braga	
Início: 6 de fevereiro de 2015	Fim: 16 de abril de 2015

Como é possível visualizar no quadro acima, foram implementadas 12 sessões no total do programa. Neste sentido, de modo a transmitir ao leitor uma conceção acerca das sessões implementadas, apresenta-se na tabela (20) que se segue a estrutura do programa onde constam as sessões, os objetivos específicos e atividades.

Tabela 20: Estrutura do programa "Dora, a exploradora vai envolver, participar e incluir!"

Sessões	Objetivos	Atividades
1^a Publico alvo: Pais/encarregados de educação (Presença: Educadora Infância) <i>Dora saúda os pais e convida-os a explorarem juntos!</i> (6 de fevereiro de 2015)	- Promover o envolvimento dos participantes no programa de intervenção; - Clarificar o papel do Psicólogo Escolar na escola; - Promover e refletir sobre a importância das figuras parentais no desenvolvimento da criança; - Promover e valorizar o envolvimento parental no percurso de formação e desenvolvimento dos filhos; - Fomentar e refletir sobre a importância de estabelecer uma boa relação e aproximação entre pais e escola/professor para uma boa socialização da criança; - Apresentação do programa <i>Dora, a exploradora vai envolver, participar e incluir!</i>	“Porque tenho este nome?” “Vamos Regar as flores.” “Vejam todo o meu trabalho, sou muito especial!”
2^a Publico alvo: Educadora Tabela 20 (continuação) <i>Dora explora estratégias com a Educadora.</i> (10 de fevereiro de 2015)	- Permitir o conhecimento por parte da Educadora de Infância do desenvolvimento psicológico das crianças; - Fomentar a pertinência de serem desenvolvidas com as crianças áreas como a autoestima, autocontrolo e a autorregulação; - Incrementar estratégias aproximação pais à escola; - Fomentar a importância da comunicação verbal e não-verbal positiva e adequada; - Facilitar as estratégias de interação entre educadora e criança com as especificidades de cada um.	“Primeiros passos...”
3^a Publico alvo: Crianças (Presença: Educadora Infância) <i>Dora dá as boas vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i> (12 de fevereiro de 2015)	- Criar um clima de abertura e confiança entre a dinamizadora e as crianças; - Explicar o papel do psicólogo escolar e a razão de estar com as crianças ao longo das próximas sessões; - Promover o envolvimento dos participantes no programa de intervenção; - Consciencializar as crianças acerca da importância da aceitação e do cumprimento	“Olá, vamos conhecer as personagens principais?” “Serão importantes...regras.”

(continua)

Tabela 20 (continuação)

	de regras para o bom funcionamento das sessões; • Incentivar a implementação de regras em contexto escolar.	
4ª Publico alvo: Crianças (Presença: Educadora Infância) <i>Dora explora a disciplina.</i> 19 de fevereiro de 2015)	• Criar um clima de abertura e confiança entre a dinamizadora e as crianças (cont.); • Promover a disciplina e o autocontrolo nas crianças; • Ajudar as crianças a tomarem consciência de comportamentos ajustados e desajustados; • Promover a compreensão e o controlo dos comportamentos por parte das crianças. • Incentivar a implementação de regras em contexto escolar; • Incutir comportamentos adequados que favoreçam a aprendizagem.	“O Irre e o Quieto” “Parabéns à Pulinhas!”
5ª Publico alvo: Crianças (Presença: Educadora Infância) <i>Dora explora o comportamento.</i> (23 de fevereiro de 2015)	• Criar um clima de abertura e confiança entre a dinamizadora e as crianças (cont.); • Consciencializar as crianças para a importância das regras de comportamento; • Demonstrar a importância do pedido de desculpa, embora devam evitar o comportamento que os levou a pedir desculpa; • Esclarecer o que é cometer o erro; • Promover a reflexão como forma de evitar o erro.	“As mãos não são para bater!” “Desculpa-me?”
6ª Publico alvo: Crianças (Presença: Educadora Infância) <i>Dora explora os pensamentos.</i> (27 de fevereiro de 2015)	• Criar um clima de abertura e confiança entre a dinamizadora e as crianças (cont.); • Potenciar o conhecimento das crianças acerca dos seus pensamentos; • Promover a compreensão, por parte das crianças, de que os seus comportamentos podem ser influenciados pelos seus pensamentos; • Favorecer uma maior capacidade de as crianças diferenciarem e expressarem os pensamentos.	“Olá, eu sou o pensamento!” “Os sacos do Pula e da Pula”
7ª Publico alvo: Crianças (Presença: Educadora Infância) <i>Dora explora as emoções e os sentimentos.</i>	• Criar um clima de abertura e confiança entre a dinamizadora e as crianças (cont.); • Potenciar o conhecimento das crianças acerca das suas emoções básicas e os seus sentimentos; • Diferenciar os sentimentos e as emoções;	“Caixinha das emoções” “Família dos sentimentos”

(continua)

Tabela 20 (continuação)

(3 de março de 2015)	• Explorar situações que envolvam as emoções básicas; • Promover a compreensão, por parte das crianças, de que os seus comportamentos podem ser influenciados pelo que sentem; • Favorecer uma maior capacidade de as crianças diferenciarem e expressarem os diferentes estados emocionais.	
8^a Publico alvo: Pais/encarregados de educação (Presença: Educadora Infância) <i>Dora explora estratégias parentais</i> (6 de março de 2015)	• Refletir sobre a importância das figuras parentais no desenvolvimento da criança; • Apresentar os diferentes estilos educativos pessoais e descrição das atitudes de comunicação pais/filhos e as consequências nos filhos; • Reconhecer a dimensão verbal e não-verbal influente no desenvolvimento emocional da criança, • Desenvolver congruência entre a linguagem verbal e não-verbal; • Encorajar a definição de regras claras e a imposição de limites; • Promover o uso de estratégias disciplinares não violentas; • Potenciar a eficácia comunicacional dos participantes; • Combater o preconceito, incentivando os pais/encarregados de educação a aceitar a diversidade; • Proporcionar momento de relaxamento.	“Quem sou eu?” ”As palavras que nunca te direi” “Papagaio” “Dora vamos relaxar com os amigos golfinhos!”
9^a Publico alvo: Crianças (Presença: Educadora Infância) <i>Dora explora, todos somos importantes!</i> (9 de março de 2015)	• Criar um clima de abertura e confiança entre a dinamizadora e as crianças (cont.); • Explorar o conceito de amizade e de relação; • Facilitar e promover o relacionamento interpessoal; • Promover as relações interindividuais no grupo; • Promover a interajuda nas crianças.	“O que aconteceria se...” “Eu e os outros” “Interajuda”
10^a Publico alvo: Crianças (Presença: Educadora Infância) <i>Dora é bom ser diferente!</i>	• Criar um clima de abertura e confiança entre a dinamizadora e as crianças (cont.); • Explorar o conceito de amizade e de relação; • Respeitar as diferenças e promover o respeito pelos colegas.	“É “fixe” ser diferente!”

(continua)

(12 de março de 2015) 11^a Publico alvo: Crianças (Presença: Educadora Infância) <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i> (16 de março de 2015)	• Combater o preconceito, incentivando as crianças a aceitar a diversidade desde cedo; • Criar um clima de abertura e confiança entre a dinamizadora e as crianças (cont.); • Fomentar o cumprimento de regras em casa; • Promover a autonomia pessoal nas tarefas de casa para as crianças adotarem desde cedo a responsabilidade; • Promover hábitos de uma alimentação saudável; • Despertar curiosidade e interesse pelas tarefas diárias; • Incutir às crianças hábitos de higiene pessoal; • Sensibilizar as crianças para o impacto da higiene corporal na autoestima, hétero-estima e na relação com os outros; • Aprender estratégias de relaxamento e promover um momento agradável às crianças.	“Tarefas antes e depois da escola” “Relaxar com a dora”
12^a Publico alvo: Crianças, Pais/encarregados de educação, Educadora de Infância e auxiliar <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i> (16 de abril de 2015)	• Fortalecer a relação pais-crianças; • Estreitar laços entre a família e a escola; • Promover o envolvimento da família em todas as atividades relacionadas com a escola; • Promover atitudes de partilha, respeito por culturas, costumes e pelas diferenças.	“ Os nossos costumes” “Solenemente” “Lanche da amizade”

Concetualização teórica

93

nomeadamente ao nível das relações sociais, do bom funcionamento cognitivo e do próprio desenvolvimento cerebral (Epstein & Sheldon, 2002).

A capacidade da criança controlar os impulsos (comportamentos), de exteriorização de emoções, sentimentos, pensamentos e desejos é um processo que ocorre nesse percurso do pré-escolar, sendo uma fase importante no desenvolvimento da autorregulação. Este facto permitirá à criança gerir, preservar ou modificar a intensidade e a duração das condições internas (fisiológicas) relativas às emoções. Possibilitará ainda, expressar as emoções através do seu comportamento no intuito de alcançar os seus objetivos individuais com vista a uma adaptação social mais favorável (Florez, 2011). Segundo Zimmerman e Schuk (2011), a própria experiência direta e a interação social que a criança protagoniza particularmente, o simples facto desta experienciar e observar diretamente os seus modelos de referência como os pais, professores e colegas são considerados dois fatores que influenciam a autorregulação.

Assim perante tudo o que fora mencionado, é possível referir que a educação socioemocional da criança surge neste âmbito com diversas finalidades, conforme defendido por alguns autores (Bisquerra, 2000; Vallés & Vallés, 2000, cit. in Pereira, Soares, Alves, Cruz, & Fernandez, 2014). Um desses desígnios tem por base o reconhecimento das diferenças existentes entre sentimentos e emoções, como a compreensão das causas dos sentimentos, que conduz a um melhor conhecimento das suas próprias emoções (autoconsciência emocional). Com este tipo de educação pretende-se igualmente criar as condições necessárias para que a criança possa desenvolver a capacidade de controlar as suas próprias emoções, nomeadamente desenvolver resistências à frustração ou ainda que lhe permita gerir de uma forma adequada emoções mais positivas (regulação emocional). Além destes objetivos, espera-se ainda que a criança evolua em termos de concentração, que controle de forma produtiva a sua automotivação, que desenvolva capacidades de empatia e, por fim, que adquira e desenvolva capacidades de relacionamento, em particular no que diz respeito à resolução de conflitos, à capacidade de cooperação e de partilha (competência emocional) (Pereira, Soares, Alves, Cruz, & Fernandez, 2014).

Neste sentido, é relevante atuar, igualmente, ao nível não só da criança como também envolver os próprios pais, pois está em causa o desenvolvimento cognitivo, moral, social, emocional, de autonomia e mesmo comportamental da criança que, por sua vez, está dependente do próprio equilíbrio emocional dos pais que influenciam sempre a adaptação da criança ao contexto escolar (Miranda, 2011). Assim, a família assume aqui um papel muito importante pois, antes mesmo da escolarização da criança, é o primeiro contexto de socialização que a

criança conhece, sendo este o contexto mediador principal dos padrões, modelos e influências culturais (Koller, De Antoni, & Carpena, 2012).

No entanto, o desenvolvimento e percurso de aprendizagem da criança, não é influenciado exclusivamente pelo contexto familiar. O meio escolar também contribui de forma inequívoca para o desenvolvimento da criança, nomeadamente através da aquisição de conhecimento, na interação social, na organização de diferentes áreas do conhecimento, na sua evolução em termos psicossociais e emocionais, e em todas as diversas formas do seu desenvolvimento (Dessen & Polonia, 2007). Assim sendo, fica a pertinência da intervenção no âmbito escolar, nomeadamente, envolver a Educadora de Infância e a Auxiliar de Educação que acompanham os alunos, pois para além de serem a face visível da própria escola para as crianças, são ainda um elemento que poderá funcionar como elo de ligação entre a criança, a família e a própria escola.

O desenvolvimento destas competências essenciais, atrás mencionadas, em situações onde existam várias culturas em interação simultânea, como no caso do contexto educativo nacional, não sendo homogêneo, justifica-se ainda mais a necessidade de intervenção ao nível de uma educação socioemocional nestas circunstâncias. Pois uma educação inclusiva deve implicar uma mudança de perspetiva como sublinha Freitas (2006, p. 167) “há na educação inclusiva a introdução de outro olhar. Uma maneira nova de se ver, ver os outros e ver a educação. Para incluir todas as pessoas, a sociedade deve ser modificada com base no entendimento de que é ela que precisa ser capaz de atender às necessidades dos seus membros”.

Desta forma, este projeto é na sua essência um programa de intervenção ao nível do ensino pré-escolar, tendo como principais visados as crianças e os respetivos pais/encarregados de educação. Pelas particularidades nas diversas turmas do Agrupamento a multiculturalidade ser uma realidade, onde interagem diferentes culturas para além da portuguesa, como a brasileira, romena ou cigana, as dinâmicas presentes no projeto refletem essa especificidade promovendo a educação, a compreensão, o reconhecimento e o respeito pelas diferentes culturas.

Uma vez apresentada a estrutura do programa e a concetualização teórica que fundamentou o mesmo, descreve-se sucintamente o desenvolvimento das sessões desenvolvidas na turma dos 4/5 anos, do pré-escolar, no Centro Escolar da Naia.

Descrição geral da atividade

A implementação e dinamização do programa contemplava 12 sessões com periodicidade semanal, tendo sido destinadas duas sessões por semana, devido a indicações da Educadora, por haver outras atividades previstas a serem realizadas em contexto de sala de aula.

Todas as sessões decorreram na sala de aula dos alunos (4/5 anos), no Centro Escolar da Naia, escola onde os mesmos frequentavam. Assim, iniciou-se a 6 de fevereiro de 2015, no decorrer do segundo período escolar, e teve o seu término a 16 de abril de 2015, já no terceiro período letivo. Este prolongamento da última sessão deveu-se às atividades finais do segundo período decorridas no Agrupamento, semana cultural e devido á interrupção letiva das férias da Páscoa.

O programa teve quatro momentos, um direcionado aos alunos, outro aos pais/encarregados de educação, um dedicado à Educadora de Infância e um outro momento para todos participantes, em conjunto (todas as sessões contemplou a auxiliar).

Com as crianças existiu um momento prévio de encontro no dia 11 de novembro de 2014, onde foram apresentados, pela estagiária, algumas logótipos de personagens de desenhos animados para se perceber com qual os alunos nutriam maior interesse, tendo ficado em consonância entre rapazes e raparigas, a figura da “Dora, a exploradora”. Com isto era pretendido que desde logo as crianças estivessem motivadas e familiarizadas com um modelo que lhes era familiar.

Já com os pais, nas vésperas do início do programa, no dia 2 de fevereiro de 2015 entre as 9:00h e as 10:00h e no dia 3 de fevereiro das 15:30h às 16:30h, a estagiária fez questão de entrar em contacto direto com os pais/encarregados de educação dos alunos, individualmente, facultando uma carta com conhecimento do programa e convidando-os pessoalmente, a participar na primeira sessão. Tendo sido importante haver esta estratégia devido, ao conhecimento, da quase inexistência da presença de pais em reuniões, programas e/ou ação de formação.

Quanto às sessões, todas requeriam que a estagiária adquirisse os materiais necessários, se preparasse e organizasse previamente para cada uma das sessões, estando no local com bastante tempo de antecedência, pois era necessário tratar de toda a logística necessária. Houve alguns momentos de contato com a Professora antes do início do programa e durante o decorrer das sessões, para que fosse possível acertar alguns pormenores, como a título de exemplo, obter por parte desta a confirmação ou não dos pais nas respetivas sessões, perceber como estavam a

correr as atividades inter-sessão com os alunos, ou ainda, retirar *feedback* das sessões e atividades desenvolvidas no dia.

Assim, nas sessões com os encarregados de educação, sempre com a presença da Educadora de Infância e da auxiliar, dava-se as boas vindas a todos os participantes no programa (acontecendo em todas as sessões, visto haver novos participantes). Na primeira sessão com os pais, os participantes foram convidados a sentarem-se em cadeiras dispostas em círculo e a dinamizadora deu início à primeira atividade *Porque tenho este nome?* atividade de *quebragelo*. A respetiva atividade consistiu num jogo, como mote para uma breve apresentação, em que todos os intervenientes eram envolvidos. Cada um teria de se apresentar, respondendo às questões que estavam visíveis no cartaz intitulado *Porque tenho este nome?* Este cartaz encontrava-se no centro do círculo com as questões em ambos os lados: *Nome? Quem o escolheu? Gosta do seu nome? Sabe porque é que lhe foi atribuído esse nome?* (o que possibilitou a exploração de hábitos, costumes, poderes familiares, influência da cultura na escolha do nome e para se perceber a relevância das histórias pessoais).

De forma a quebrar eventuais atitudes de resistência no grupo, a dinamizadora iniciou a apresentação tendo um vaso com flor na mão, respondendo uma a uma às questões que se encontrava no cartaz. Apresentada a pessoa escrevia-se o seu nome num *Crachã*, que viria a ser novamente utilizado na seguinte sessão com os pais. Isto, para permitir todos se tratarem pelos respetivos nomes, fomentando a informalidade entre os participantes. Posteriormente, a dinamizadora apresentava os objetivos daquela sessão, com recursos a *PowerPoint* e prosseguia com a mesma. A primeira sessão visava ainda, apresentar o programa e as atividades que seriam desenvolvidas ao longo das 12 sessões e debater várias temáticas, como o papel dos pais na vida dos filhos e a relação pais-escola.

Já a segunda atividade da sessão consistiu em mostrar o esforço dos filhos e o papel importante da escola no processo de aprendizagem, sensibilizando os participantes para a importância da escolaridade e inclusão das crianças. Ou seja, cada pai sentou-se na cadeira do seu educando a visualizar todos os trabalhos que o mesmo já havia realizado. Depois recorreu-se ao método expositivo para reforçar a importância da tríade: pais, criança, escola. Tendo existido vários momentos de partilha de experiência e reflexão, no decorrer da sessão. Por fim, era solicitado aos participantes que assinassem a folha de presenças, avaliassem a sessão, numa folha para o efeito que continha um espaço onde os pais pudessem deixar sugestões, colocar questões, atribuir críticas ou colocar dúvidas de forma anónima, sobre a sessão e/ou o programa. De seguida depositavam numa caixa “Correio de Pais” e esta era aberta entre as sessões, de

forma a poder dar resposta às eventuais questões. No final havia sempre uma tarefa inter-sessão, de forma a envolver os pais na interação com a escola, e sendo uma estratégia para que pudesse envolver e motivar os mesmos a participar na vida escolar do seu educando.

No final de cada sessão destinada aos pais a dinamizadora despedia-se de todos os participantes, agradecia a presença dos mesmos e convidava-os a estar presentes na sessão destinada aos mesmos. Mesmo assim, a estagiária preocupou-se sempre em enviar para casa nas vésperas de cada sessão para pais, uma nota a relembrar a data e hora da mesma.

Na segunda sessão com os pais (8ª sessão) a dinamizadora dava as boas vindas a todos os presentes. Aos pais que estavam presentes pela segunda vez foi entregue o *Crachã* da sessão anterior e foram elogiados pela segunda participação no programa, de forma a motivar ainda mais a sua presença. Aos que estavam pela primeira vez, fez-se uma síntese da sessão anterior, para os poder situar no contexto, tendo em conta aquilo que foi desenvolvido anteriormente.

Posto isto, pediu-se o *feedback* que os seus educandos iam falando em casa das atividades que estavam a serem desenvolvidas com eles, para perceber o impacto do programa nos alunos e mesmo nos próprios pais. Posteriormente expôs-se os objetivos da sessão do dia, e recorrendo novamente ao método expositivo, foram expostas estratégias e os estilos/práticas parentais mais adequadas. Assim como a compreensão e aceitação do multiculturalismo, de forma a poder promover a reflexão para os seus papéis enquanto principais agentes educativos e responsáveis pelo crescimento e desenvolvimento saudável dos seus educandos. Durante as sessões houve momentos de muita interação e partilha e no final oportunidade para dúvidas.

No que concerne ao desenvolvimento da sessão com a Educadora de Infância consistiu basicamente na oportunidade de partilhar algumas estratégias que esta poderia implementar em contexto de sala de aula, como a comunicação verbal e não-verbal positivas, atribuição recompensas baratas por um bom comportamento, como em exemplo, o aluno ser o primeiro da fila para ir para o refeitório.

Quanto às sessões com os alunos, estas seguiram todas a mesma estrutura. No início de cada sessão a dinamizadora participava na canção de bons dias, ajudava no registo das presenças e na redação da data. Posteriormente a estes momentos iniciavam-se as atividades definidas, respeitando os procedimentos previamente construídos e procurando cumprir assim os objetivos proposto para cada sessão.

As crianças eram convidadas a sentarem-se na manta e com recurso a *PowerPoint* apresentavam-se as dinâmicas e, na sua totalidade, visaram a visualização de histórias, desenhos ou jogos (e.g., segurar o balão entre dois alunos sem poderem tocar com a mão, a importância

da interajuda e do *outro*). Tudo isto objetivava permitir instruir as crianças de conhecimento das emoções, pensamentos, sentimentos, comportamentos, respeito pelos outros e pela diferença, interajuda, a importância da escola, as tarefas antes e depois da escola (de forma a permitir aos alunos uma maior autonomia, importantes na vida diária). Foi pedido ainda, para serem trabalhadas pela Educadora algumas competências com os alunos de forma mais práticas em tarefas inter-sessões, como pinturas, colagens, construção entre outras, por exemplo, pintar as mãos numa folha A4 e colocar na parede do exterior da sala (foto em anexo 13) com o título da história “as mãos não são para bater” de forma a facilitar a aquisição e consolidação dos conhecimentos transmitidos na sessão do dia. No final de cada sessão era avaliada e assinada a folha de presença com o carimbo flor, de modo a motivar as crianças a não faltarem à escola, uma vez que um dos objetivos do programa visava colmatar essa prática, consideravelmente, habitual de alguns alunos.

A última sessão (12ª), conforme previsto, decorreu com a presença de todos os intervenientes (alunos, pais/encarregados de educação, Educadora de Infância, auxiliar e a dinamizadora), entre outros familiares dos alunos (irmão, avós e tios), havendo partilha de lanche multicultural (todos os pais trouxeram um alimento tradicional da sua cultura). Foram ensaiadas e apresentadas músicas e coreografias multiculturais. Atribuiu-se diplomas de participação e lembranças para todos os participantes, que no caso dos pais e encarregados de educação, se tratavam de vasos com uma flor construídos pelos filhos durante uma tarefa inter-sessão. Para as crianças foi distribuído um saco com doces e também um diploma de participação no programa. A Educadora e Auxiliar também tiveram oportunidade de receber um vaso com flores naturais e um certificado para cada da participação no respetivo programa.

Registe-se que as sessões estavam interligadas à metáfora “jardineiro a regar as flores”, uma analogia, de como o jardineiro deve regar as plantas para elas não morrerem, possibilitando que estas floresçam cheias de vida e força contribuindo para embelezar o mundo, também os pais/encarregados educação devem cuidar da educação dos filhos todos os dias “regando” com o que há de melhor dentro de si próprios, como de uma flor se trata-se, para que os seres mais jovens se transformem em adultos felizes, com capacidades de realização e dispostos a transmitir bem-estar ao próprio e aos que os rodeiam.

Sendo de extrema importância mencionar que este programa foi construído de acordo com os objetivos gerais e específicos e para que fizesse uma ligação lógica entre todas as sessões.

Reflexão

No que concerne ao grupo turma, constatou-se que eram alunos empenhados, colaboradores, participativos e motivados. No entanto, eram também bastantes faladores, distraíndo-se com muita facilidade enquanto realizavam as atividades, contudo perceberam e assimilaram a informação que lhes foi sendo transmitida ao longo das sessões.

Houve sessões que não estiveram presentes todos os alunos da turma, dois deles só participaram no 3º período letivo (não vinham à escola desde sensivelmente dos meados do início do 1º período letivo) e, por vezes, um ou outro, também iam faltando, por motivos de saúde, tendo estado assim presentes entre 20 a 23 alunos por sessão devido a alguns se encontrarem doentes. Na última sessão estiveram presentes os 25 alunos.

Volta-se a referir que só foi possível ser implementada a última sessão (12ª) já no 3º período, devido às atividades de sala de aula, do dia do pai, Páscoa e da Semana da Cultura, desenvolvida no AE Maximinos, assim não foi possível seguir o espaçamento habitual entre sessões.

Outro ponto menos positivo que a estagiária encontrou neste programa, foi o facto de as sessões não terem decorrido semanalmente como o estipulado inicialmente. Avaliando que seria, por um lado, melhor para os alunos integrarem o que aprenderam na sessão do dia, haver mais tempo para os mesmos realizarem as atividades inter-sessão e ficarem mais motivados para a sessão seguinte.

Ressalva-se que a estagiária nutria todo interesse na divisão da turma, principalmente pelas características dos alunos e pela faixa etária dos mesmos. No entanto, tal não foi possível devido a um conjunto de razões, entre as quais: não existir uma outra sala disponível para o efeito; o elevado número de atividades, realizadas pela Educadora durante o ano letivo, a decorrer em contexto de sala; e ainda, por haver mais duas estagiárias de uma outra instituição a desenvolver um programa nessa mesma turma.

Em relação aos pais/encarregados de educação, com este programa e ao longo das três sessões que os envolveram, foi possível constatar a evolução e motivação dos mesmos, o que se refletiu em termos de participação, pois estiveram presentes na 1ª sessão 8 participantes; na 2ª sessão acresceu para 10 participantes e na 12ª sessão estiveram presentes 15 pais, tendo inclusive participado nesta última, outros familiares como avós, irmãos e tios. Este fato, aliado a toda a envolvimento na partilha do lanche, e considerando não ser habitual no Agrupamento esta adesão, podemos considerar “mérito” conseguido.

Neste seguimento julga-se ainda importante referir que na primeira sessão destinada aos pais/encarregados de educação verificou-se que existia um certo distanciamento entre estes e a escola. Este facto constatou-se quer pelo reduzido número de participantes, quer pelas pelo que foram verbalizando que nas raras vezes que eram convidados para virem à escola, poucos ou nenhuns pais compareciam. Partilharam também, ser importante haver no espaço da escola mais iniciativas como o programa que estava a decorrer para os aproximar mais à escola. Além disso, durante a exposição dos conteúdos, que a dinamizadora ia apresentando os pais foram refletindo que por vezes os mesmos tinham práticas parentais que antes julgavam estar corretos e de todo não o eram, como por exemplo, a partilha de uma mãe, que na perspetiva anterior considerava que seria o mais indicado quando deixava o filho na escola dizer-lhe que iria buscá-lo para almoçar, apenas para o mesmo não ficar no momento a chorar, mas que depois disso não acontecia. Assim, desde o decorrer da 1ª sessão o ânimo dos participantes foi notório, assim como o número de participantes nas seguintes sessões, como atrás já podemos ver. Todas as avaliações por parte dos pais consideraram o programa “muito interessante e enriquecedor”.

Na avaliação da Educadora esta referiu “achei os temas abordados muito pertinentes e tendo vindo ao encontro das necessidades do meu grupo de alunos” e acrescentou, “além de ter ido ao encontro dos objetivos do programa, contribuiu para melhorar comportamentos e ajudou a exprimir os sentimentos e emoções dos alunos”.

Da avaliação dos alunos, estes consideraram terem gostado de todas as sessões, essencialmente a sessão “Dora explora a disciplina”, “Dora explora as emoções e os sentimentos”, “Dora explora, todos somos importantes” e “Dora participa em lanche convívio e despede-se de todos”.

Por fim, podemos avaliar que pela parte dos pais, Educadora, como de toda a comunidade da própria escola, foi muito positivo o *feedback* obtido de todas as sessões. Isto, por todas as dinâmicas que iam havendo, pela taxa de adesão, índices de motivação, envolvimento de todos os participantes. Com particular entusiasmo especialmente na última sessão, onde decorreu a partilha do lanche, tendo superado as expectativas na adesão dos pais e na partilha do lanche.

Lamenta-se a falta de assiduidade por parte dos pais/encarregados de educação de alunos de etnia cigana, que depois de todos os esforços por parte da estagiária e da Educadora, em contatos pessoais permanentes para a presença destes nas sessões, apenas tenham comparecido na última sessão e unicamente três mães. Sendo este, considerado outro ponto menos positivo do programa.

Deve-se ainda mencionar, que a presença da Educadora de Infância ao longo das sessões se revelou imprescindível, pois, além de ser a figura incontornável em termos de autoridade, o que facilitou a criação das condições necessárias para a implementação do programa, foi fundamental para a execução e sucesso das atividades, essencialmente nas atividades inter-sessão.

Por fim, e após uma cuidada e aprofundada reflexão, julgamos que foram não só atingidas como superadas as expectativas iniciais do programa, pelo que se considera ser um programa que envolve temáticas importantíssimas para o desenvolvimento de competências socioemocionais destas crianças, importante para de futuro colocarem em prática as suas melhores atitudes e habilidade para controlar as emoções, demonstrarem a empatia ao outro e manter as relações sociais positivas. Possibilitando-lhes ainda, tomarem decisões de maneira mais responsável e alcançarem os seus objetivos.

Assim, consideramos que este programa ao envolver e incluir todos os participantes de forma bastante participativa, tenha dado possibilidade destes aprenderem a conhecerem-se melhor a si e ao outro, assim como as estratégias de autocontrolo. Aprender a ser melhor, a conviver com diferentes culturas e aprender a fazer amigos.

Julgamos que ao incorporar neste programa estratégias de aprendizagem mais flexíveis e abrangentes, tenha servido para permitir desenvolver de maneira mais completa as crianças destinatárias do programa, pois como todos sabemos, o quanto o ser humano é, definitivamente, muito complexo.

Estando apresentado o primeiro programa de grupo que a estagiária implementou, passamos a seguir a apresentar outro programa o qual a estagiária interveio em equipa junto com as duas colegas estagiárias no AE Maximinos.

3.4.2. Programa: “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”⁶



Com a finalidade de se obter uma vista geral do programa de intervenção “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”, apresenta-se de seguida a Tabela 21, onde podem ser consultadas diversas informações essenciais que permitem uma melhor compreensão acerca do tema, objetivos gerais, destinatários, sessões, entre outros.

⁶ Toda a documentação integral relativa a este programa encontra-se em anexo para que se possam consultar de forma mais detalhada todas as dinâmicas envolvidas, possibilitando ao leitor uma leitura mais abrangente do trabalho desenvolvido em todas as sessões (anexo 17).

Tabela 21: Ficha técnica programa: “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

Título: “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”	
Tema: Autorregulação da aprendizagem (Hábitos e Métodos de Estudo)	
Objetivos Gerais - Promover uma atitude positiva perante a transição para o 5º ano - Fomentar e identificar as principais mudanças na transição para o 2º ciclo. - Promover o desenvolvimento de estratégias pessoais de adaptação associadas às mudanças inerentes à transição; - Conhecer e promover o uso de hábitos e estratégias de estudo; - Promover competências sociais nos alunos; - Promover as relações interindividual no grupo; - Promover comportamentos adequados no contexto da sala aula e restantes espaços	
Intervenientes	Alunos do 5º ano (Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão) Psicólogas estagiárias (dinamizadoras)
Destinatários	5º2- 20 alunos 5º3-21 alunos 5º5- 21 alunos 5º7-20 alunos
Nº sessões	8
Frequência	Semanal
Duração	45 Minutos
Horário	Variável consoante a turma e o horário escolar
Local	Sala aula
Elementos grupo	Número de alunos que contém cada turma
Início: 31 de outubro de 2014 Fim: 8 de junho de 2015	
Autoras: Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo	

Estando exposta a ficha técnica deste programa, e para um maior conhecimento acerca das oito sessões implementadas, passaremos a apresentar na próxima tabela a estrutura do mesmo, contendo o nome de cada sessão, os objetivos específicos e o nome das atividades desenvolvidas em cada sessão.

Tabela 22: Estrutura do programa “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

Sessões	Objetivos	Atividades
1ª “Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...”	– Apresentar os participantes do programa de intervenção; – Clarificar o papel do psicólogo na escola; – Promover o envolvimento dos participantes no programa de intervenção; – Explorar os conteúdos e os objetivos do programa de intervenção; – Recolher informações relevantes dos participantes no pré-teste.	“Lencinho de mão em mão” “O programa consiste em...”
2ª “ Construir com regras!”	– Fomentar nos alunos a importância da interajuda; – Consciencializar os alunos da importância da aprendizagem;	

(continua)

Tabela 22 (continuação)

	– Associar a escola e os estudos ao prazer e não só à obrigação; – Conscientizar o aluno na aceitação e no cumprimento das regras escolares para o bom funcionamento das sessões; – Promover comportamentos adequados no contexto da sala aula; – Promover competências sociais nos alunos; – Promover as relações interindividuais no grupo; – Propiciar um ambiente escolar tranquilo e saudável, valorizando, além do estudo, capacidades artísticas e manuais.	“Aceito o que li e acrescento!” “ O meu <i>Diário escolar</i>”
3ª “Sinto-me bem como sou!”	– Promover a autoestima e sentimentos positivos em relação a si próprio; – Explorar a ideia de aceitar elogios; – Promover o conhecimento das capacidades pessoais; – Ajudar no desenvolvimento da própria identidade e o conhecimento das características pessoais; – Clarificar a importância do heteroconceito na formação da identidade pessoal.	“Arco-íris” “A minha árvore!” “Espelho Mágico”
4ª “Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!”	– Proporcionar às crianças conhecimentos sobre os problemas; – Ajudar as crianças a perceber que há muitas maneiras de resolver problemas; – Ajudar as crianças a identificar as competências de resolução de problemas que já possuem e dota-las de novas aptidões.	“A Formiga-General” “Subindo a árvore”
5ª “Vamos organizar o estudo”	– Estimular os alunos na administração do seu tempo e concentração,; – Ajudar os alunos na elaboração de um plano de estudos; – Apresentar as condições necessárias para um ambiente escolar tranquilo e saudável; – Desenvolver no aluno responsabilidade, autonomia pessoal e de hábitos, como: hora de estudar, tomada de atitudes, solução de pequenos problemas, entre outros; – Desenvolver competências relativamente aos trabalhos escolares, procurando uma maior concentração nas atividades, organização e planeamento dos conteúdos (local adequado, materiais necessários, horário e tempo apropriados);	“Vamos organizar o estudo”
6ª “Como tirar apontamentos e fazer esquemas”	– Conhecer e promover o uso de hábitos e estratégias de estudo (autorregulação); – Ajudar os alunos a identificar as causas e apontar as possíveis soluções para a dificuldade em estudar; – Dotar os alunos de aptidões para realizar os seus próprios apontamentos e esquemas.	“Como tirar apontamentos e fazer esquemas”
7ª “Como preparar testes”	– Dotar o aluno de estratégias para melhor estudar; – Ajudar o aluno a aproveitar melhor o seu tempo de estudo; – Apresentar estratégias para preparar testes e fichas.	“Como preparar testes”

(continua)

Tabela 22 (continuação)

8 ^a “A minha participação foi excelente, parabéns a todos!”	– Estimular as competências de reflexão e propor sugestões acerca da intervenção realizada; – Promover a aquisição de competências de autoavaliação sobre o empenho e participação de cada aluno, ao longo das sessões; – Proporcionar às crianças, através do relaxamento, estratégias de autocontrolo; – Perceber a eficácia do programa, através da avaliação das crianças.	“Conta-nos a tua experiência” “ A minha participação foi excelente!”
--	---	--

Seguidamente os leitores irão encontrar a concetualização teórica que sustentou a construção deste programa.

Concetualização teórica

A transição do 1º para o 2º ciclo caracteriza-se principalmente pela preocupação em mudar para uma escola maior, com professores diferentes, novos funcionários e novos colegas (Correia & Pinto, 2008). É neste novo contexto que o aluno deixa de ter um só professor, como acontecia nos anos anteriores e, se depara com uma realidade completamente diferente passando, assim, para um regime onde a distância entre alunos e professores é maior e onde o grau de exigência aumenta com o grau de ensino (Trivellato-Ferreira & Marturano, 2008).

Deste modo, ao transitar para o 5º ano de escolaridade, o aluno depara-se com um meio escolar diferente, onde todos têm maiores expetativas relativamente ao seu desempenho (Cleto & Costa, 2000). É neste meio que começam a surgir as relações professor/aluno menos próximas e por vezes mais conflituosas. Isto acontece, uma vez que os alunos procuram ter uma maior autonomia e um maior controlo da situação, enquanto ao mesmo tempo, os professores dão uma maior importância ao cumprimento das regras dentro e fora da sala de aula, sendo estes menos tolerantes em relação a ruídos, ao incumprimento de horários, à falta de material e às saídas constantes da sala de aula (Bento, 2007). É por isso expectável que os alunos nesta fase experienciem dificuldades acrescidas em acompanhar a matéria e que haja um decréscimo das suas notas o que se reflete numa subida acentuada da ansiedade nos primeiros meses (Lopes, 2005).

Seco, Filipe, Pereira e Alves (2009) realçam a importância do aluno possuir estratégias de autorregulação e de aprendizagem, assim como um elevado autoconceito para alcançar o sucesso no momento da transição escolar, assim como ao longo do seu percurso escolar. Nesta perspetiva, considera-se que um dos percursos que se mostra mais evidente para combater as situações de insucesso escolar, prende-se com a implementação de estratégias metacognitivas,

motivacionais e comportamentais, através das quais os alunos possam adequar as suas estratégias e/ou métodos de estudo ao nível da sua aprendizagem e monitorizar a eficácia dos mesmos (Boruchovitch, 1999; Rosário, et al., 2006).

Deste modo, os programas que apoiem os alunos numa fase de transição de ciclo revestem-se de enorme importância, essencialmente quando falamos de atividades de autorregulação de aprendizagem, que preparam os alunos para lidarem de forma mais ajustada, fazendo com que estes vejam um maior interesse pela escola e lhes permite refletir acerca da importância da mesma para uma aquisição de conhecimentos, objetivando que se tornem assim mais responsáveis pela sua própria aprendizagem.

O programa “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!” consiste num programa que tem, acima de tudo, um carácter preventivo, no sentido de capacitar e promover os hábitos e métodos de estudos (autorregulação da aprendizagem), desde o 5º ano de escolaridade, como acima nos sugere a literatura. Desta forma, este programa surgiu devido às dificuldades de transição de ciclo reveladas no AE Maximinos, por existir uma elevada taxa de reprovações no 5º ano de escolaridade na instituição. Estas dificuldades de aprendizagem são resultantes de uma má aquisição das competências de estudo, nomeadamente os alunos não saberem gerir o seu tempo, fazer resumos, esquemas, preparar os testes entre outros.

Do levantamento das necessidades, foi possível verificar que os alunos que reuniam estas características na sua aprendizagem, logo com maior probabilidade de obter resultados académicos menos positivos, seriam as turmas do 5ª2, 5ª3, 5ª5, 5ª7 (4 das 7 turmas do 5º ano do ano letivo, 2014/2015). Logo foi decidido pela equipa do GMOE que o programa seria implementado nessas 4 turmas do 5º ano de escolaridade, da escola E.B 2/3 Frei Caetano Brandão. Sendo importante mencionar que a orientadora de estágio e Psicóloga do Agrupamento, determinou que a turma do 5ª2 seria implementado pelas 3 estagiárias em simultâneo durante todas as sessões, por as mesmas se encontrarem ainda numa fase de maior observação, e as restantes turmas seriam repartidas, tendo a seguinte distribuição: 5ª3 para Ana Faria; 5ª5 à Rosa Araújo e o 5ª7 à Bruna Rodrigues.

Fundamentado o programa e explicada a sua distribuição pelas três estagiárias, julga-se importante passar em seguida à apresentação, geral, das atividades desenvolvidas durante as oito sessões.

Descrição geral das atividades

É de salientar que a dinamização das sessões realizadas no grupo, em cada turma, contaram sempre com a presença e auxílio dos professores que se encontravam a lecionar a disciplina de Oferta Complementar.

Do referido programa constavam 8 sessões, decorridas em contexto de aula. Na turma do 5º2 foi então implementado, como já mencionado, conjuntamente pelas três estagiárias, de 31 de outubro a 9 de janeiro, às sextas-feiras das 9:00h às 9:45h. Importa referir que a orientadora de estágio supervisionou e observou a primeira sessão nesta turma. Já na turma do 5º7, as atividades que constavam das 8 sessões do referido programa, foram dinamizadas apenas pela estagiária Rosa Araújo, de 9 de abril a 11 de junho, semanalmente às quintas-feiras, das 10:00h às 10:45h. Quanto ao 5º 5 este foi dinamizado pela colega de estágio Bruna Rodrigues e o 5º3 pela colega Ana Luísa Faria. Importa referir que devido a constrangimentos da instituição não se pode aplicar logo no primeiro período letivo o programa nestas últimas três turmas (5º3, 5º5 e 5º7) como aconteceu na turma do 5º2 e como era pretendido pelas estagiárias.

Todas as sessões e atividades para as duas turmas, 5º2 e 5º7, as quais a estagiária dinamizou, foram cuidadosamente preparadas previamente pela mesma. É de salientar que da 2ª à 8ª sessão, era explicado inicialmente aos alunos a temática da sessão, seguindo-se de momentos de muita partilha, e no final era sempre assinada a folha de presenças, avaliada a sessão e, em jeito de incentivo, motivava-se os alunos para a próxima sessão. Assim, a 1ª sessão visou essencialmente a apresentação dos intervenientes e do programa. A 2ª sessão permitiu estabelecer um conjunto de regras necessárias ao bom funcionamento do programa e à construção de um *dossier* para guardar os materiais que fossem produzidos ao longo das sessões, que no final do programa seriam entregues a cada um dos alunos para guardarem como recordação.

Na 3ª sessão o objetivo era trabalhar e promover a autoestima e sentimentos positivos em relação a si próprios, já a 4ª sessão possibilitou ajudar as crianças a identificarem as competências de resolução de problemas que já possuísem e dota-las de novas aptidões. A 5ª, 6ª e 7ª sessão foram destinadas aos hábitos e métodos de estudo propriamente ditos, como organizar o estudo, como saber fazer apontamentos e esquemas, e, como preparar-se para os testes. Na última sessão (8ª) foi realizado um relaxamento, e ensinadas práticas que os alunos podiam adotar em casa para os ajudar no seu dia-a-dia. Congratulou-se a cada aluno com um diploma de participação e atribuiu-se os parabéns a todos pela participação no programa.

Considerando o método utilizado, houve sessões em que a grande parte das atividades incidiam na apresentação de conteúdos, uma vez que era imprescindível que os alunos percebessem como poderiam organizar o seu estudo, fazer apontamentos e esquemas, e, como preparar-se para os testes. Para os motivar, a estagiária, quando considerava pertinente, ia colocando questões abertas e fechadas, para que estes pudessem participar simultaneamente e ativamente na sessão, de forma a privilegiar a interatividade, a estagiária entregou dois papéis de cor, a cada aluno, explicando que quando pretendessem dizer “não” utilizavam a cor da cartolina preta e a cor vermelha seria utilizada só quando desejassem dizer “sim”.

Reflexão

Fazendo uma observação e análise global ao programa considera-se que alguns pontos poderiam ser alterados e reconstruídos, pois não se acredita ter sido os mais vantajosos para os alunos, quer na execução, quer na implementação.

Refira-se que este programa estaria destinado para ser implementado nas 4 turmas logo no início do 1º período letivo, como atrás já mencionado. Contudo, devido a alguns constrangimentos no Agrupamento, como tarefas e atividades que alguns professores estavam a trabalhar com os alunos, apenas foi concedido no 1º período pelo Diretor de Turma do 5º2 tempo disponível para iniciar o programa logo a 31 de outubro de 2014, tendo sido a última sessão realizada apenas a 9 de janeiro de 2015, devido à interrupção letiva das férias do Natal. Nas restantes turmas, 5º3, 5º5 e 5º7, o início da implementação do programa prolongou-se por só ter sido concedido horário, pelas Diretor de Turma, no começo do 3º período do ano. Lamenta-se assim, que o programa não tenha tido o seu início nas quatro turmas logo no princípio do ano letivo, pois os contributos, em termos de conhecimento, competências e aptidões, que o programa poderia dar aos alunos, seriam sempre maiores e mais proveitosos, pois iriam-se repercutir de forma mais útil no resto do ano, isto por ser um programa que objetiva apoiar os alunos no início de um novo ciclo. Frise-se, que este programa é um importante instrumento de ajuda não só para os alunos como para os próprios professores.

Menciona-se que nas duas turmas onde a estagiária, Rosa Araújo, interveio, estiveram presentes a quase totalidade dos alunos em ambas as turmas durante todas as sessões, à exceção de uma aluna do 5º2 que nunca compareceu a qualquer sessão, e uma outra aluna que compareceu apenas a duas das sessões. Já no 5º7 só dois alunos deixaram de comparecer a duas das oito sessões. Refira-se que estes quatro alunos pertencem à cultura da etnia cigana, sendo mais uma vez visível os problemas de assiduidade, características destes alunos.

Apesar de se compreender as limitações temporais que o exigente calendário escolar impõe aos alunos, fica aqui um pequeno reparo acerca da duração de 45 minutos prevista para cada uma das sessões. O programa “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular”, foi construído com base nas pesquisas bibliográficas realizadas acerca do tema, procurando ser dinâmico e criativo, para incentivar a participação ativa dos alunos. Contudo, as sessões de caráter mais expositivo, a 6ª e a 7ª, devido ao tempo limitado da sessão, 45 minutos, e à elevada quantidade de informação, embora necessária, fez com que os alunos não tenham nutrido tanta motivação pelas mesmas. Achamos, por isso, que principalmente as sessões destinadas ao tema hábitos e métodos de estudo (5ª, 6ª e 7ª) necessitariam de mais tempo, um bloco de 90 minutos, para que fosse possível introduzir mais dinâmica na sessão.

De facto, os objetivos deste programa são muito ambiciosos, tendo em conta o tempo disponível para a realização das sessões, pois acredita-se que possibilitaria a adoção de uma dinâmica diferente que premiasse mais a interação, deixando espaço necessário para a exposição prévia do elevado número de conteúdos do programa e evitando que alguns objetivos por sessão não deixassem de ser cumpridos devido à falta de tempo. Isto devido às características de alguns dos alunos, não permitia o desenvolvimento sequenciado e estipulado, nem o término de algumas sessões.

Consideramos que antes da implementação do programa, nas referidas turmas, as estagiárias deviam ter tido o cuidado de terem aprofundado mais o comportamento e atitudes em contexto de sala de aula, para que pudessem intervir de modo mais eficaz nestas dificuldades.

É ainda de mencionar a forma como o programa foi implementado nas duas turmas. Essencialmente na turma 5ª2, julga-se que a turma deveria ter sido dividida pelas três estagiárias e estas não estarem presentes na sala conjuntamente. Mais se justificava devido às características pessoais dos alunos, a forma desadequada de estar e de se comportar que levava a que estivesse, por vezes, algum ruído na sala, sendo por vezes necessário interromper as atividades para se criarem novamente as condições necessárias para o desenvolvimento das sessões. Contudo, saliente-se a falta de estruturas físicas, na escola onde foi implementado o programa, ou seja, a insuficiência de salas disponíveis para a dinamização das sessões e, as que existiam, não disponham de equipamento necessário como um projetor, necessário, para a maior parte das atividades realizadas.

No que concerne às questões no pré-teste foi perceptível ver o desânimo dos alunos no seu preenchimento devido à extensão do teste. Julga-se que pela faixa etária em causa e

atendendo à realidade do contexto educativo onde as mesmas estão inseridas, que tal instrumento deveria ser mais reduzido.

Acredita-se por tudo atrás já mencionado, que alguma parte da construção e implementação do programa apresentava determinadas lacunas, embora se tenha alcançado os objetivos propostos, com a introdução poder-se-ia ter alcançado outros resultados mais positivos.

Apesar de apresentar algumas lacunas, julgamos que o programa se encontra apto, com a exceção de necessitar de um período maior por sessão, para implementação num contexto onde se possa dividir a turma formando grupos com um número mais reduzido de alunos.

Para finalizar, nas turmas do 5º2 e 5º7, ainda que com elementos algo faladores, foi possível no término das sessões finalizar o desenvolvimento global das atividades, dos objetivos propostos e previstos, tendo os alunos mostrado sempre empenhados e motivados.

Em forma de conclusão, a estimativa da avaliação durante as sessões pelos alunos pode ser considerada positiva: 91,9% dos alunos gostaram das sessões, 6,5% consideraram indiferente e apenas 1,6% não gostou. No geral, a avaliação também foi positiva: 88,5% consideraram as sessões muito interessantes; 75% aprenderam bastante com as sessões; 44% permitiu conhecer melhor os colegas; 38% ajudou nos seus estudos e obter melhores resultados académicos; 13% dos alunos julgaram que seria importante haver mais tempo para aprender mais; e, ainda, 13% julgavam importante voltar ter o programa. A estagiária julga que este tipo de programas são realmente muito importantes para o sucesso dos alunos ao nível do ensino-aprendizagem. Foi muito compensador ter dado a oportunidade a estes alunos através dos conhecimentos transmitidos em poderem vir a alcançarem futuramente o seu sucesso escolar.

3.4.3. Ação de Formação: “Família+perto caminhando para o sucesso!”⁷



Com a finalidade de se obter uma vista geral da ação de formação “Família+perto caminhando para o sucesso!”, apresenta-se de seguida a Tabela 23, onde podem ser consultadas diversas informações essenciais que permitem uma melhor compreensão acerca do tema, objetivos gerais, destinatários, intervenientes, entre outros.

⁷ Em anexo encontra-se informação detalhada sobre a ação de formação “Família+perto caminhando para o sucesso!”, para que se compreenda melhor toda a temática envolvida (anexo 18).

Tabela 23: Ficha técnica ação formação: “Família+perto caminhando para o sucesso!”

Titulo: “Família+perto caminhando para o sucesso!”			
Tema: Práticas parentais para a transição escolar			
Objetivos gerais: - Sensibilizar os pais da importância da relação que estabelecem com os filhos para a transição escolar; - Refletir acerca do envolvimento parental na escola; - Facilitar o conhecimento dos diferentes estilos/práticas parentais; - Fomentar a pertinência do envolvimento parental na escola; - Estabelecer com as famílias uma relação de parceria na procura de rotinas e hábitos saudáveis, mostrando a importância do incentivo em casa.			
Destinatários	Dirigido aos pais/encarregados de educação dos alunos do 5º ano de escolaridade (5º2, 5º3, 5º5 e 5º7) que participaram no programa “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”		
Intervenientes	Pais/encarregados de educação aluno 5ºano (Programa) Psicóloga do Agrupamento (Dra. Sónia Dias) e estagiárias		
Nº ação	2		
Duração	60 Minutos	Horário	18:30h às 19:30h
Frequência	1 Mês		
Local	Biblioteca da escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão		
Elementos (máximo) grupo	30		
Início	4 dezembro de 2014	Fim	11 junho de 2015
Autoras: Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo			

Posteriormente à ficha técnica apresenta-se na tabela (24) onde consta a estrutura da ação de formação “Família+perto, caminhando para o sucesso!” podendo ser conhecidas de forma geral as sessões, objetivos e atividades.

Tabela 24: Estrutura da ação de formação: “Família+perto caminhando para o sucesso!”

Sessões	Objetivos Específicos	Atividades
1ª “Vou ajudar o meu filho a estudar!”	– Promover o conhecimento entre as psicólogas e os Pais/encarregados de educação; – Promover o envolvimento dos participantes na ação de formação; – Apresentação da ação de formação; – Explorar os conteúdos e os objetivos da ação de formação; – Estimular o diálogo e a comunicação entre os intervenientes; – Promover a autorregulação; – Promover a motivação extrínseca.	: “Novelo de lã” “O que posso eu fazer?”
2ª “Educação parental: o que devo ou não fazer”	– Dotar os pais de conhecimentos acerca dos estilos e competências parentais para com os seus filhos; – Desenvolver a importância do papel dos pais no envolvimento da vida escolar dos filhos.	“Sou o pai/mãe que sempre quis?” “Relaxamento”

Depois de ter sido referido a estrutura da ação formação, segue-se a conceitualização teórica que apoiou a construção da mesma.

Conceitualização teórica

O contexto familiar e a relação que os pais estabelecem com os filhos podem ser entendidos como fontes de suporte para a transição escolar. Práticas educativas assertivas, uma relação familiar positiva entre pais e filhos e o acesso a atividades enriquecedoras têm sido associados ao sucesso dos alunos durante o seu percurso escolar (Trivellato-Ferreira & Marturano, 2008).

Parece urgente que, para promover o sucesso escolar, a escola e a comunidade se envolvam em esforços no sentido de reconhecer e valorizar o poder educativo dos pais, recorrendo a estratégias, de acordo com a realidade escolar e familiar (Correia & Pinto, 2008). Cabe então, à escola, aos professores e aos técnicos, desenvolver estratégias no sentido de aumentar o envolvimento individual de todos os pais, no dia-a-dia da vida escolar dos seus filhos. Esse envolvimento implica, segundo Wang *et al.* (1993 cit. in Reis, 2008), apoiar o trabalho de casa, controlar o visionamento da televisão, incentivar para a leitura e exploração de informação, dialogar e exprimir as suas expectativas relativamente ao sucesso escolar.

O estilo parental é também um importante aspeto a ter em consideração, pois descreve a maneira como os pais através de um conjunto de atitudes influenciam, ensinam e controlam os seus filhos.

O autor Baumrind (1966 cit. in Macarini, Martins, Minetto, & Vierira., 2010) destacou três modelos de estilos/práticas parentais, o autoritário, o permissivo e o negligente. Para o autor, o estilo parental autoritário apresenta formas de maior controlo sobre a criança em que as regras são impostas de forma autoritária e caracteriza-se por uma atuação rígida por parte dos pais e pela sua tentativa de modelar e/ou controlar o comportamento da criança/adolescente, sendo que as manifestações de afeto por parte dos pais são raras neste estilo.

Os pais que utilizam o estilo parental permissivo valorizam o seu filho pelo que faz, estão sempre a oferecer coisas exageradamente, e embora considerem os sentimentos, as opiniões e as necessidades do filho deixam as suas próprias opiniões e necessidades de lado. De facto, esta forma de agir caracteriza-se pela ausência de controlo ou normas, poucas exigências e apoio forte à criança e/ou adolescente (Baumerind, 1966 cit. in Macarini, et al., 2010).

No estilo parental negligente, os pais mostram-se indiferentes ao que a criança faz deixando-a à mercê de si própria, responsabilizam-se apenas pelos cuidados básicos da criança e/ou adolescente (físico, social, intelectual), o que conduz geralmente ao desenvolvimento de sentimentos de solidão e a criança não ter apoio. (Maccoby & Martin (sd.) cit. in Macarini, et al., 2010).

Surge ainda no panorama dos diferentes estilos de atuação parental, o estilo democrático, apresentado por Darling e Steinberg (1993 cit. in Macarini, et al., 2010). Este estilo é caracterizado por um controle e apoio à criança e/ou adolescente, com regras bem definidas, mas mostrando afeto e incentivo à autonomia da criança. Os pais procuram direcionar o pensamento da criança para uma perspectiva positiva, reconhecendo e respeitando os seus sentimentos e negociando os pontos positivos e negativos da sua decisão, incentivando-a a realizar a tarefa de forma correta.

Para cumprir a finalidade de aproximar e envolver os pais no processo educativo dos seus educandos na adaptação a um novo ciclo foi criada então esta ação formação “Família+perto caminhando para o sucesso!”. Assim, tal ação de formação estava destinada aos encarregados de educação/pais dos alunos do 5º ano de escolaridade que participaram no programa “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”, acima já descrito. Esta ação de formação visava transmitir aos pais a importância da relação, do apoio e monitorização aos filhos, criança e/ou adolescente, ao longo do seu desenvolvimento e nos vários contextos onde estes se inserem, como no caso da escola, particularmente em fase de transição de ciclo, onde por vezes se sentem mais desamparados. Então acreditou-se, sustentado na literatura, que o facto de poder intervir em simultâneo com as crianças e os pais no apoio a uma nova transição de ciclo. Assim, os objetivos que nos propusemos com o programa dos hábitos e métodos de estudo poderiam ser alcançados com mais rapidez e eficácia, pois segundo a literatura, para se poder garantir o efeito das intervenções, estas devem ser realizadas ao nível do mesossistema, ou seja, nas relações entre mais do que um contexto, como a escola-família (Silva & Marujo, 2005).

Seguidamente discriminar-se-á a ação de formação dinamizada e as suas atividades.

Descrição da ação de formação

A ação de formação para os encarregados educação/pais contemplava dois momentos distintos, ou seja, a primeira sessão seria realizada anteriormente ao início do programa “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!” visando apresentar aos pais os objetivos do programa a ser desenvolvido com os seus educandos. Já a última sessão da ação de formação, seria realizada

posteriormente ao término do mesmo programa (hábitos e métodos de estudo), no sentido de dotar os pais de conhecimentos acerca dos estilos/práticas e competências parentais para com os seus filhos.

Através de uma circular que foi entregue aos alunos, os pais/encarregados de educação foram convocados a participar na ação de formação dirigida a estes. Em tal circular encontrava-se implícitos os objetivos da reunião, data e local da ação de formação, e que tal ação estava associada ao programa que viria a ser implementado junto dos seus educandos.

Conforme já fora acima mencionado apenas numa turma, 5º2, foi implementado o programa “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”, logo no início do ano letivo. Por esse motivo, e pelo facto desta ação de formação depender da implementação desse programa, a primeira ação formação foi dirigida apenas aos pais dos alunos da turma 5º2, tendo decorrido no dia 4 de dezembro de 2014 das 18:30h às 19:30h. Vale salientar que esta reunião não se realizou anteriormente ao início do programa, hábitos e métodos de estudo, como pretendido, devido à mudança de alterações na intervenção do programa nas turmas do 5º3, 5º5 e 5º7.

A realização da ação de formação ocorreu na biblioteca da Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão. Antes da sessão as Psicólogas estagiárias compareceram na biblioteca para preparar toda a logística necessária, prevendo sensivelmente a presença de 30 participantes. Estavam disponíveis dois documentos, um, onde os participantes poderiam registar a sua presença e outro, onde faziam a avaliação da sessão/reunião. No final da ação de formação seria atribuído a cada pai um folheto informativo, onde estavam explicitas algumas informações mais pertinentes decorridas nas duas reuniões e algumas das estratégias parentais para promover o desenvolvimento do equilíbrio emocional dos alunos, que ajudá-los-ia alcançar as mudanças inerentes à transição/entrada para novo ciclo de formação. As dinamizadoras auxiliar-se-iam, nas duas reuniões, através de uma apresentação em *PowerPoint* onde se procurava mostrar aos pais/encarregados de educação todos os objetivos inerentes à ação de formação. A Psicóloga do Agrupamento e as estagiárias dinamizariam a reunião conjuntamente.

Assim, a 1ª reunião, que ocorreu no dia 4 de dezembro de 2014, visava primordialmente promover o conhecimento entre as Psicólogas e os pais/encarregados de educação e o envolvimento dos participantes na mesma, de acordo com os conteúdos e os objetivos predeterminados. Este primeiro momento objetivava a abordagem a várias temáticas relativas à importância do papel dos pais nas práticas de estudo dos filhos havendo, necessariamente, referência aos fatores subjacentes mais comuns apontados pelos pais acerca do insucesso escolar dos seus filhos. Fomentava, ainda, o diálogo e a comunicação entre os intervenientes.

Haveria o momento destinado à reflexão e partilhas de experiências acerca das suas dinâmicas familiares e, como estas podem influenciar o desenvolvimento dos filhos. No final seria informado, a todos os encarregados de educação, que havia sido criado um *e-mail*, ao qual todos poderiam ter acesso através de uma *password* em comum, no sentido de poderem expor todas as dúvidas sentidas enquanto educadores, as quais seriam respondidas pelas psicólogas ao longo do decurso do programa desenvolvido junto dos seus educandos. Deu-se por finalizada a reunião, agradecendo a presença de todos, informando-os da data da 2ª reunião, motivando-os a estarem presentes na mesma.

No entanto, dos pais/encarregados de educação dos alunos da turma do 5º2, apenas um casal compareceu, ambos pais de um aluno. Por esse facto, e apesar de se esperar a participação de mais pais nesta primeira reunião, a Psicóloga do Agrupamento optou por não realizar a mesma, por falta de *Quórum*. Porém as dinamizadoras do programa aproveitaram a presença destes pais para encetarem um diálogo, aproveitando o facto de estes pais terem exposto algumas problemáticas do filho, como comportamentos de desobediência, aos pais e a alguns professores na escola

O último encontro, 2ª reunião da ação de formação, permitiu fomentar o envolvimento parental na escola, promover competências parentais e facilitar o conhecimento dos diferentes estilos/práticas parentais, ou seja, dar a conhecer a todos os intervenientes um conjunto de conceitos ligados às práticas parentais que se revestem de enorme importância quando se trata de educação. Seriam abordados os vários estilos parentais existentes, assim como as consequências destes nas crianças e na sua aprendizagem. No final proporcionar-se-ia a um momento de relaxamento com objetivo de lhes fornecer estratégias para controlar as possíveis ansiedades, *stress* e/ou angústia sentida decorrente do desempenho do papel de educadores.

Depois do ocorrido, a equipa do GMOE refletiu e determinou que a ação de formação para os pais dos alunos desta turma, seria novamente reagendada para a mesma data, que seria definida, para as restantes turmas (5º3, 5º e 5º7) onde também seria desenvolvido o programa “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”.

Ressalte-se que, devido ao facto do referido programa apenas ter sido iniciado e realizado no seu todo no terceiro período letivo, e por questões relacionadas com outras atividades desenvolvidas no Agrupamento, bem como devido à aproximação do término do ano letivo, não foi possível um reagendamento desta ação de formação para os pais, pelo que assim, nenhum dos dois momentos previstos se realizou, em concreto, em momento algum.

Reflexão

Chegado o momento de reflexão da ação de formação “Família+perto caminhando para o sucesso!”, entendemos que a preparação para a reunião pautou-se por alguma ansiedade, partilhada pelas colegas, mas também de curiosidade e vontade de aprender com a experiência em campo, no contexto real em estar presente perante um grupo, que não de alunos, mas sim de pais. Seria o verdadeiro momento para mostrar todo o conhecimento e a preparação a nível pessoal e profissional, enquanto futura Psicóloga. Tentando estar atenta à própria postura, à linguagem, aos cuidados na apresentação visual, aos estímulos, ao verbal e não-verbal. Estes cuidados exigiam da estagiária uma atuação de extrema responsabilidade, que se por um lado fazia emergir um sentimento de insegurança, por outro, o apoio incondicional da Psicóloga e das colegas que se encontravam prontamente disponíveis para auxiliar contribuiu para se sentir mais confiante no início reunião, pois estavam reunidas as condições para a realização da mesma. Contudo, como antes já vimos no final da descrição da atividade, tal encontro não se concretizou como o previsto e idealizado, o que lamentamos bastante do sucedido. Instalou-se então algum desânimo, pois a construção do programa e toda a logística para a reunião não foram suficientes para nos confortar, necessitaríamos de ter cumprido os objetivos a que nos havíamos proposto.

Acreditamos que houve muitos aspetos menos positivos na referida ação de formação, uma das principais, a ausência dos pais/encarregados de educação que faltaram à primeira, e única, convocatória.

A escassa adesão por parte dos educadores, no nosso ponto de vista geral deve-se à baixa motivação em participarem em qualquer tipo de reuniões no contexto educativo e à falta de conhecimento e visão prévias por parte destes, que desconhecem de todo, que essas atitudes têm influência negativa para o desenvolvimento saudável dos seus educandos, parecem-nos assim, razões válidas que possam justificar o sucedido. Pela falta de comparência dos pais nesta reunião verificou-se mais uma vez o desvinculo que existe entre os pais/encarregados de educação e a escola. Julgamos que isto acontece ainda, devido em parte aos pais, à disponibilidade e à motivação para se envolverem em tais tarefas. Este absentismo parental fez criar um “rótulo” que enquanto pais/educadores são incumpridores e inconscientes pelas questões relacionadas com a aprendizagem dos seus educandos, não levando a comunidade educativa a mobilizar mais esforços para a comparência dos mesmos.

Porém julgamos que deveria ter havido outros cuidados para evitar esta situação repetir-se no Agrupamento. Em exemplo, poderia ter existido uma insistência maior, constante e

sequencialmente no contato com os pais/encarregados de educação, apelando à sua presença na reunião, fosse pessoalmente, ou por contacto telefónico.

Outro fator, menos positivo, foi a impossibilidade de reagendamento de tal reunião. Devido ao início tardio, do terceiro período, à implementação do programa “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!” nas turmas do 5º3, 5º5 e 5º7, pelo segundo período do ano letivo 2014/2015 ter sido um intervalo temporal mais reduzido que o primeiro e, por fim, pelas diversas tarefas e atividades a decorrer simultaneamente no terceiro período letivo, foi de todo impossível haver espaço para encaixar as duas reuniões em momentos diferentes como se objetivava vir a acontecer na Ação de Formação “Família+perto caminhando para o sucesso!

Considera-se assim, que esta atividade não cumpriu de todo os objetivos a que se propunha, sendo que não se tenha realizado em nenhum momento a ação. Sendo lamentável, uma vez que julgamos que envolvimento dos pais iria contribuir para o novo processo de transição dos seus educandos e, conseqüentemente, para uma adaptação mais positiva nos alunos.

No entanto, julgamos que embora a dinâmica prevista da reunião não tenha sido realizada como o previsto, as estagiárias e a Psicóloga do AE Maximinos, não deixaram de dar resposta às necessidades apresentadas pelos pais que compareceram. Possibilitou apontar possíveis estratégias no sentido de apoiar nas dificuldades que o casal sentia no momento, em não conseguir dar resposta às situações problemáticas que estavam a viver com o seu educando, na relação deficitária entre pais-filho e vice-versa, insucesso escolar e comportamentos desajustados em contexto de aula, e de para com o Professor. Só por esse momento de ajuda proporcionou confortarmos um pouco mais da inexistência dos outros pais na Ação de Formação.

Finalizada esta reflexão, passaremos a mencionar mais um programa de grupo, “Tu vales muito!” que a estagiária, em pareceria com as colegas de estágio, teve oportunidade de construir. Este programa tinha como destinatários três turmas de alunos do 5º ano de escolaridade. Convém lembrar que este programa não estava previsto no Projeto de Estágio, sendo que surgiu da necessidade, durante o decorrer do estágio, para colmatar carências que foram detetadas pelos Professores e pelo GMOE no AE Maximinos.

3.4.4. Programa 5º ano “Tu vales muito!”⁸



Com a finalidade de se obter uma vista geral do programa de intervenção “Tu vales muito!”, apresenta-se de seguida a Tabela 25 onde podem ser consultadas diversas informações essenciais que permitem uma melhor compreensão acerca do tema, objetivos gerais, destinatários, intervenientes, entre outros.

Tabela 25: Ficha técnica do programa “Tu vales muito!”

Título: “Tu vales muito!”	
Tema: Programa de autoconhecimento e autoestima	
Objetivos Gerais -Preparar os alunos para lidarem, de forma mais ajustada, com as mudanças e transições; -Tornar os participantes conscientes das suas auto perceções e crenças relativamente a si próprio e promover a aquisição de estratégias para controlar estas crenças de forma a desenvolver um sentimento de competência superior e sentimentos de controlo nos vários contextos, essencialmente, académico; -Promover o autoconhecimento; -Promover a autoestima; -Prevenir os problemas e dificuldades com que os alunos possam vir a deparar-se, capacitando-os de estratégias para resolução de problemas.	
Intervenientes	Alunos do 5º ano (Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão) Psicólogas estagiárias (dinamizadoras)
Destinatários	5º1-29 5º4-21 5º6-20
Nº sessões	4
Frequência	Semanal
Duração	45 Minutos
Horário	Variável consoante a turma e o horário escolar
Local	Sala/ aula (Oferta Complementar)
Elementos grupo	Número de alunos que contém cada turma
Início: 9 de abril de 2015	Fim: 30 de abril de 2015
Autoras: Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo	

Após esta ficha técnica do respetivo programa passaremos a patentear a estrutura do programa contendo o número e nome das sessões, os objetivos e por fim, as atividades desenvolvidas.

⁸ Toda a documentação integral relativa a este programa encontra-se em anexo para que se possam consultar de forma mais detalhada todas as dinâmicas envolvidas, possibilitando ao leitor uma leitura mais abrangente do trabalho desenvolvido em todas as sessões (anexo 19).

Tabela 26: Estrutura do programa “Tu vales muito”

Sessões	Objetivos	Atividades
1ª “Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...”	– Apresentar os participantes do programa de intervenção; – Clarificar o papel do psicólogo na escola; – Promover o envolvimento dos participantes no programa de intervenção; – Recolher informações autoestima dos participantes no pré-teste; – Explorar os conteúdos e os objetivos do programa de intervenção; – Encorajar crenças acerca da natureza mutável da competência ou da capacidade para aprender é um aspeto de mudança e modificável; – Favorecer a manutenção de uma perspetiva positiva e otimista relativamente ao comportamento.	“Lencinho de mão em mão” “O programa consiste em...”
2ª “Festinhas no Ego”	– Compreender as experiências emocionais; – Promover a capacidade de diferenciação dessas experiências; – Incutir competências para lidar com os diferentes sentimentos e emoções.	“O que são emoções?” “O que vejo?”
3ª “Sinto-me bem como sou!”	– Promover a autoestima e sentimentos positivos em relação a si próprio; – Explorar a ideia de aceitar elogios; – Promover o conhecimento das capacidades pessoais; – Ajudar no desenvolvimento da própria identidade e o conhecimento das características pessoais; – Clarificar a importância do heteroconceito na formação da identidade pessoal.	“Arco-íris” “A minha árvore!” “Espelho Mágico”
4ª “Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!”	– Proporcionar às crianças conhecimentos sobre os problemas; – Ajudar as crianças a perceber que há muitas maneiras de resolver problemas; – Ajudar as crianças a identificar as competências de resolução de problemas que já possuem e dota-las de novas aptidões. – Promover a aquisição de competências de autoavaliação sobre o empenho e participação de cada aluno, ao longo das sessões; – Proporcionar às crianças, através do relaxamento, estratégias de autocontrolo; – Perceber a eficácia do programa, através da avaliação das crianças.	“A Formiga-General” “Subindo a árvore” “É hora de relaxar!”

A fim de sustentar os objetivos do programa recorreu-se a uma revisão teórica na literatura a qual se apresenta a seguir.

Concetualização teórica

Para se poder compreender a forma como as crianças lidam com a transição e adaptação de ciclo, deve-se considerar as características do novo contexto, assim como, as características pessoais que modelam a forma como a pessoa se percebe e atua nesse mesmo meio (Peixoto, 2003). Deste modo, é previsível que muitas crianças apresentem dificuldades na sua adaptação no 5º ano de escolaridade, o que pode refletir-se na sua autoestima e nas diferentes dimensões do autoconceito. Sendo teorias da *self*, o autoconceito e autoestima, o primeiro tem um caráter essencialmente cognitivo e o segundo refere-se a aspetos avaliativos e emocionais, associada à dimensão avaliativa do autoconceito.

Existindo muitas definições de autoconceito, Faria (2013) caracteriza-o como sendo a percepção que a pessoa tem de si próprio, ou seja, as suas atitudes, os seus sentimentos e o autoconhecimento acerca das suas capacidades, competências, bem como, a sua aparência física e aceitabilidade social. Este autoconhecimento desenvolve-se a partir das experiências e do impacto que estas tiveram na vida do jovem, nos diferentes contextos como, escola, família e grupo de pares, bem como das interpretações que estes fazem dessas mesmas experiências. Os reforços e as avaliações de pessoas significativas na vida do sujeito também tendem a influenciar, modelar e alterar o seu comportamento.

Quanto às características da autoestima esta é mencionada como sendo a *avaliação do eu*, recorrendo a fatores de essência emocional e assumindo polos positivos ou negativos; adquirida ao longo do desenvolvimento, pela experiência e pela observação das reações dos outros aos nossos comportamentos (Correia, 1991). Assim, é um “sentimento de se estar satisfeito consigo próprio e de se ter globalmente valor como pessoa” (Dias & Fontaine, 2001, p.270).

Os dois constructos acima mencionados autoconceito e a autoestima, são de extrema importância para um outro a motivação do jovem. Ao longo dos anos, vários são os investigadores que se debruçam sobre o que é a motivação, qual o seu papel e a sua influência na vida das pessoas, como forma essencial para uma adaptação positiva ao meio social onde a pessoa está inserida. O comportamento da pessoa é uma resposta dos interesses, das motivações, das expectativas e das crenças da mesma, resultantes das interações com o meio. Assim, o comportamento motivado está implícito em todas as tarefas da criança/adolescente, sendo posto

à prova ao longo de toda a vida, gerando emoções positivas (orgulho, contentamento) e emoções negativas (vergonha, descontentamento), (Faria, 2013). O comportamento motivado da pessoa que vive em sociedade é fundamental no desenvolvimento do indivíduo, nos diferentes contextos da sua vida (familiar ou escolar) e ao longo das várias fases do ciclo de vida, embora não atuando de forma isolada, socorre-se da autoestima e do autoconceito (Faria, 2008).

Como é possível verificar através da literatura existente, a partir da década de 70 do século XX, estudos centraram-se em explicar a adaptação escolar e o sucesso académico com base noutras variáveis para além da capacidade intelectual. Embora não sendo esses estudos de todo conclusivos, considera-se que poderá existir uma relação entre o autoconceito e o sucesso académico. Assim, a literatura sugere ser importante intervir com alunos de faixas etárias mais novas e principalmente numa fase de transição/adaptação de ciclo que por si já requer muitas mudanças (Dweck, 1999), como no caso do 5º ano de escolaridade, onde os alunos se deparam com mais disciplinas, diversos professores, mais trabalhos para casa e mais avaliações a realizar, onde se deparam ainda, com um contexto maior e com alunos mais velhos.

É com base nestes pressupostos que se tem tornado pertinente estudar, investigar, compreender e intervir de forma preventivo e/ou remediativo na motivação, na autoestima e no autoconceito em contexto escolar. Sendo importante perceber a influência destes três constructos no desempenho escolar do aluno.

Posto isto, julgou-se essencial que as atividades do programa *Tu vales muito!* surgissem como uma oportunidade de os alunos refletirem sobre as perceções que os outros têm de si, analisando se as opiniões dos outros coincidem com que cada um tem de si próprio e que efeito tem na sua autoidentidade e autoestima, de forma a possibilitar modificar as crenças menos positivas e facilitar estratégias aos alunos para a resolução de problemas do dia-a-dia. Este programa surge, da necessidade e pedido dos Diretores de turma do 5º1, 5º4 e 5º6 no segundo período do ano letivo de 2014/2015, no facto de terem sido confrontados com a: falta de motivação dos alunos em contexto de sala de aula para a realização das tarefas; expectativas negativas face aos testes; atribuição de notas, além de, os alunos interiorizarem que os próprios pais e os professores não acreditavam no sucesso destes, pois justificavam sempre que outros colegas de escola e/ou irmãos eram sim, estudantes exemplares, que todos gostavam.

Desta forma, foram desenvolvidas as quatro sessões do programa “Tu vales muito!” para dar resposta aos objetivos supracitados.

Será importante referir que as três turmas foram distribuídas, no final do segundo período, pelas três estagiárias, sendo que a turma do 5º1 coube à estagiária Ana Luísa Faria, o 5º 4 à Rosa Araújo e o 5º6 à Bruna Rodrigues.

Posto isto, pretendemos a seguir discriminar de forma geral, as atividades do programa em questão.

Descrição geral atividades

Como mencionado, a estagiária Rosa Araújo aplicou o programa à turma 5º4 da Escola EB2/3 Frei Caetano Brandão, contendo o total de 21 alunos. As sessões decorreram semanalmente, às quintas-feiras na aula Oferta Complementar, num bloco de 45 minutos. Antes de se dar início ao programa, os encarregados de educação foram informados por carta dos objetivos do programa. A 1ª sessão decorreu no dia 9 de abril de 2015 e a 4ª, e última, no dia 30 de abril de 2015.

Em todas as sessões a estagiária teve o cuidado em estar antes da hora prevista na sala, de forma a efetuar todos os preparativos necessários para a sessão do dia, *PowerPoint*, *Datashow* e os materiais necessários por ordem da sessão.

Depois de tudo preparado e soado o toque da campainha que marca o começo de cada aula, os alunos foram entrando na sala e sendo surpreendidos, pois não tinham conhecimento de que a sessão decorreria naquele dia. Depois de todos presentes e devidamente instalados, o Professor de Oferta Complementar/Diretor Turma, que também se encontrava no local, relembrou e voltou a explicar a razão da presença Psicóloga na sala e pediu para se manterem em silêncio. Posto isto, e depois de o professor passar a palavra, a estagiária começou por se apresentar, referindo que esta iria estar presente com eles durante as próximas 4 semanas.

Assim, deu-se início à 1ª sessão “Tu Vales Muito!” que visou a apresentação de todos os participantes através de um jogo, exploração dos conteúdos e os objetivos do programa, clarificando o papel do Psicólogo na escola e a aplicação do pré-teste. Este pré-teste serviu de pós-teste, na 4ª e última sessão, intitulado de “Escala de autoestima para adolescentes”, com o objetivo de perceber qual o nível de autoestima que cada aluno sentia antes e depois de ter decorrido o programa, de forma a perceber se o programa iria surtir efeito significativo nos alunos. Posteriormente, a estagiária expôs o motivo do programa e seguidamente colocou-se um vídeo motivacional “O sapinho”, de forma a promover a motivação dos alunos perante a vida futura destes, como no caso da escola. Demonstrando que o comportamento destes pode mudar quando estes se sentirem mais motivados, acreditando em si mesmos que conseguem,

assim como o sapinho acreditou que conseguiria sair do “buraco”. Para isso, é imprescindível serem mais persistentes nas tarefas e nos seus objetivos, participarem e envolverem-se mais nas atividades escolares. A tarefa inter-sessão (tarefa presente em todas as sessões) Como *me sinto hoje?* (os sentimentos e emoções), tinha como finalidade fomentar o autoconhecimento global dos alunos.

É importante mencionar que no final de todas as sessões os alunos assinavam a folha de presenças, avaliavam a sessão e a dinamizadora apelava ao envolvimento dos participantes no programa para a sessão seguinte. As sessões seguintes iniciavam-se sempre através de um diálogo com os alunos e de uma síntese da sessão anterior, recordando sempre o que havia sido realizado na mesma. Havendo sempre reservado um momento para se falar e solicitar a tarefa inter-sessão.

A 2ª sessão “*Festinhas no Ego*” objetivou trabalhar com os alunos os diferentes sentimentos e emoções, para compreenderem as experiências emocionais e incutir competências para lidarem consigo próprios, através do mapa das principais emoções (ansiedade, tristeza, alegria, amor, aversão, vergonha, ira ou raiva e surpresa). As emoções foram brevemente explicadas e trabalhadas com os alunos, através do diálogo seguido de um debate. Com esta atividade pretendia-se que os alunos compreendessem as experiências emocionais, adquirissem a capacidade de diferenciação dessas experiências e por adquirissem comportamentos mais ajustados para lidarem com os diferentes sentimentos e emoções.

Na 3ª sessão “*Sinto-me bem como sou!*” promovia-se a autoestima e sentimentos positivos em relação a eles próprios, explorando a ideia de aceitar elogios, promovendo o conhecimento das capacidades pessoais, ajudando no desenvolvimento da própria identidade e no conhecimento das características pessoais e ainda, clarificar a importância do hetero conceito na formação da identidade pessoal. Assim, foram desenvolvidas três atividades, “Arco-íris” (onde era pretendido que os alunos atribuíssem uma cor para identificar como se sentiam habitualmente e naquele dia), “A minha árvore!” (escolhendo os sentimentos com que mais se identificassem através de uma lista, positivos e não positivos, colocando no topo ou raiz da árvore), e “Espelho Mágico” (com recurso a um espelho, de modo a perceberem quais as alterações que ocorrem, a nível da autoestima e autoconfiança, quando somos elogiados ou nos elogiamos).

A 4ª e última sessão, “*Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!*”, permitiu facultar às crianças conhecimentos acerca de várias formas distintas que existem para solucionar um problema, modelo *PLEA* – Planeamento, Execução e Avaliação (Rosário, Núñez

& González-Pienda, 2007). Por fim proporcionaram-se momentos de relaxamento e estratégias de autocontrolo, sendo ainda aplicado o pós-teste. No final foram feitas as despedidas enaltecendo o empenho e participação dos alunos, ao longo das sessões.

Assim, considerando o método utilizado, grande parte da sessão foi de apresentação de conteúdos, uma vez que era imprescindível que os alunos percebessem os conceitos da motivação, autoconceito e autoestima, sendo que necessitaram perceber as emoções. Contudo, para os motivar, a estagiária, quando considerava pertinente, ia colocando questões abertas e fechadas, para que estes pudessem participar ativamente na sessão.

Reflexão

Tendo em consideração a sessão desenvolvida considera-se adequado refletir acerca de algumas questões, como a pertinência do programa, número das sessões, dinâmica e os métodos utilizados, atitude dos alunos e da estagiária.

A questão da pertinência deste programa é considerada uma limitação pelos seguintes motivos: devido ao facto de este programa ter sido realizado apenas considerando a solicitação dos Professores/Diretores de Turma; pela inexistência de uma avaliação ou análise por parte da estagiária que evidenciasse a efetiva necessidade da realização e dinamização da sessão aos alunos das 3 turmas; pelo insuficiente aprofundamento sobre os conteúdos que seriam relevantes abordar; pela escassez de tempo decorrido desde o pedido por parte dos Diretores de Turma para a conceção e implementação do respetivo programa; e por não ter sido possível desenvolver o programa em mais sessões, como teria sido certamente mais vantajoso.

Através dos resultados obtidos após aplicação do pré e pós-teste aos alunos, não demonstrou mudanças significativas, ou seja, todos os alunos se encontravam a um nível situado entre 31-50 (autoestima média) e entre 51-70 (auto estima alta), antes e após a aplicação do programa. Contudo, verbalmente ao longo das sessões e no final do programa foi possível obter alguns testemunhos por parte dos alunos acerca da importância dos conteúdos abordados para a vida académica e pessoal, onde os quais referiram que o respetivo programa tenha sido importante para os mesmos, pois sentiam que já se sentiam bastante diferentes perante as situações do dia-a-dia. Contudo, através da tarefa “sentimentos positivos e negativos” (3ª sessão) foi possível identificar quais os alunos que sentiam mais dificuldades ao nível da autoestima e autoconceito, pois apresentaram alguns sentimentos menos positivos na árvore, como em exemplo, “Não sou bonita”; “Não gostam de mim”, “Não sei pedir ajuda”, “Não gosto

de mim”, “Não sou amado/a”, em 21 alunos 12 destes colocaram alguns destes e outros sentimentos negativos.

Uma vez que era quase impossível estar individualmente com cada aluno, fora do contexto de sala de aula, mesmo assim foi possível a estagiária dar resposta por escrito na mesma folha que os alunos haviam colocado os sentimentos. Na seguinte sessão foi-lhes entregue a cada um, onde se dava os parabéns aos alunos que colocaram sempre mensagens com sentimentos positivos, para continuarem a ser assim, positivos e, ao restantes alunos foi reforçado os sentimentos positivos dando os parabéns já nos pontos que haviam colocado menos positivos foi escrito uma mensagem de forma a desconstruírem tal sentimentos negativos. No final de cada sessão era sempre comunicado que se algum dos alunos presentes precisassem de algum tipo de apoio, nunca hesitassem em procurar a estagiária ou o GMOE.

No que respeita aos métodos escolhidos, consideramos que foram os mais indicados, atendendo ao tema, faixa etária e tempo disponibilizado para esta dinâmica. Julgamos ainda que a dinâmica de relaxamento e o incenso foram um fator criativo, que obteve os resultados esperados, isto é, criar um momento de relaxamento, e, sensibilizar os alunos para esta estratégia.

Finalizando, é importante mencionar que caso houvesse no momento a possibilidade da estagiária fazer algumas reformulações ao programa, julgava essencial primeiro haver, por parte das estagiárias, realmente uma avaliação real das necessidades em intervir nas respetivas turmas. Caso se justifica-se, considerava importante haver mais sessões, no sentido de implementar outro tipo de estratégias e dinâmicas pertinentes para que fosse possível, mais facilmente, alcançar os objetivos delineados. Também reformularia com outras dinâmicas a segunda sessão “festinhas no ego”, referente à elucidação das emoções, uma vez que consideramos um método muito expositivo e com pouca dinâmica.

No que concerne à estagiária, notou-se um nervosismo inicial, mas com o decorrer da sessão este foi-se dissipando e conseguiu alcançar sempre o que era pretendido. Foi perceptível a interação entre a estagiária e os alunos, tendo por isso conseguido uma maior participação por parte dos mesmos ao longo da sessão. Esta foi mantendo o contato ocular de modo a que os alunos não dispersassem. Quando a estagiária sentia os alunos mais dispersos introduzia uma questão das suas vidas particulares e/ou familiares associados ao tema, isto é, dava um exemplo acerca da temática que estava abordar, e deste modo os alunos participavam e descontraíam por alguns momentos.

Quanto à atitude dos alunos, deve ser mencionado que ao longo da sessão apesar de alguns serem um pouco ruidosos e faladores, mostraram-se interessados e foram bastante participativos, dando exemplos e questionando a Psicóloga quando surgiam dúvidas. Já ao que concerne à tarefa da 3ª sessão onde surgiu a atividade “Espelho mágico”, os alunos teriam de se olhar ao espelho e falarem da pessoa que estava à sua frente, foi visíveis as dificuldades em expressarem as suas opiniões e sentimentos.

Considera-se que os alunos apreciaram particularmente o momento de relaxamento no final da sessão, pois ainda que apreensivos no início, foi posteriormente perceptível que grande parte dos alunos conseguiu relaxar e perceber a dinâmica por de trás desta atividade. Foi perceptível perceber o efeito positivo e quanto se refletiu nos alunos a eficácia do programa, como no momento que se introduziu o filme motivacional (1ª sessão) e à Estória da Formiga-General (4ª sessão) quando as estagiárias introduziram o modelo PLEA.

Importa referir que se considera que os alunos da turma, de forma global, encontravam-se inicialmente um pouco retraídos, não participando como seria o desejado, mas logo revelaram empenho e motivação nas sessões seguintes aumentando os seus índices de entusiasmo e de participação.

Devemos ainda mencionar, que a presença do Diretor de Turma ao longo das sessões se revelou imprescindível, sendo sempre muito prestável exercendo um papel muito ativo na articulação com a Psicóloga estagiária tendo assim, sido fundamental para a execução e sucesso das atividades.

Posto isto, seguidamente passaremos para a descrição do programa de grupo do 9º ano, cuja temática principal se centra na Orientação Vocacional.

3.4.5. Programa de grupo “A escolha certa!”⁹



Com a finalidade de se obter uma vista geral do programa de intervenção “A escolha certa”, apresenta-se de seguida a Tabela 27, onde podem ser consultadas diversas informações essenciais que permitem uma melhor compreensão acerca do tema, objetivos gerais, destinatários, número de sessões, entre outros.

⁹ Toda a documentação integral relativa a este programa encontra-se em anexo para que se possam consultar de forma mais detalhada todas as dinâmicas envolvidas, possibilitando ao leitor uma leitura mais abrangente do trabalho desenvolvido em todas as sessões (anexo 19).

Tabela 27: Ficha técnica do programa: “A escolha certa”

Título: “A escolha certa!”				
Tema: Orientação Vocacional				
Objetivos Gerais:				
- Compreensão da importância da formulação de projetos vocacionais; - Promoção do autoconhecimento dos alunos da sua competência na decisão vocacional; - Aquisição de conhecimentos sobre os papéis sociais, as fases e contextos de vida, as áreas de atividade e de formação; - Promoção de conhecimentos no mundo do trabalho em geral e ao nível escolar.				
Destinatários	9º1-20 alunos	}	Escola Frei EB 2/3 Caetano Brandão	
	9º2-19 alunos			
9º3-24 alunos				
9º4-20 alunos				
	9º5-22 alunos	}	Escola Secundária de Maximinos	
	9º6-29 alunos			
	9º7-16 alunos			
	9º8-15 alunos			
Número de sessões/reuniões	Alunos do 9.º ano de escolaridade		Pais e encarregados de educação dos alunos de 9.º ano de escolaridade	
	<u>7 Sessões (com duração de cerca de 45 minutos):</u> - 6 Sessões em contexto de grupo turma - 1 Sessão de divulgação de resultados realizada em pequenos grupos		<u>2 reuniões /sessões (com duração de cerca de 45 minutos):</u> - 1 reunião/sessões (em contexto de grupo) para a divulgação do programa; - 1 reunião/sessão para divulgação de resultados.	
Frequência	- Mensalmente: para os alunos - Pontualmente: para os pais/encarregados de educação, <u>início</u> e <u>final</u> do programa dos alunos			
Intervenientes	- Alunos do 9.º ano de escolaridade; - Pais e encarregados de educação dos alunos de 9.º ano de escolaridade; - Psicóloga do Agrupamento (Dra. Sónia Dias); - Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo (estagiárias).			
Duração	Sessão com os alunos		Reunião/sessão com os encarregados de educação/pais	
	Início	Fim	Início	Fim
	14 de janeiro de 2015	3 de junho de 2015	1ª Sessão-5 a 13 de janeiro de 2015 (18:00h às 19:00h)	2ª Sessão: 4 de junho de 2015 (18:00h às 19:00h)

(continua)

Tabela 27 (continuação)

Autores: Gabinete de Orientação e Mediação Escolar com reformulações das estagiárias Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo
Dinamizadoras: Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo
Dinamizadora do programa no 9º1; 9º5 e 9º8 Rosa Araújo

Posto isto, importa de seguida aparentar o quadro com estrutura referente ao mesmo programa.

Tabela 28: Estrutura do programa: “A escolha certa”

Sessões alunos	Objetivos	Atividades
1ª Quem somos nós?	– Apresentação dos intervenientes; – Apresentação do programa aos alunos; – Promover o envolvimento dos participantes no programa de intervenção.	– Apresentação dos intervenientes; – Realização de um questionário: <i>Será que me conheço?</i> – Visualização em <i>PowerPoint</i> Apresentação do programa aos alunos; – <i>Genograma das Profissões.</i>
2ª Despertando os meus interesses...	– Exploração dos interesses vocacionais dos alunos.	– Discussão e reflexão acerca das profissões encontradas no <i>Genograma</i> das profissões; – Exploração dos interesses dos alunos, através de uma ficha: Os meus interesses.
3ª O que irei descobrir...	– Aplicação do Interesses e Preferências Profissionais (IPP-R), de modo a que se possa proceder a uma avaliação concreta dos interesses dos alunos, para que posteriormente se possam dar indicações o mais claras possíveis; – Esclarecimento de dúvidas acerca dos cursos do ensino Secundário e Profissional: como as escolas, onde se situam, as condições de acesso, em que consistem os cursos, entre outras dúvidas.	– Aplicação e realização do IPP-R; – Esclarecimento de dúvidas.
4ª Explorando os meus valores...	– Exploração dos valores dos alunos.	– Realização de uma ficha: <i>O valor dos valores!</i> – Realização de uma atividade de identificação dos principais valores; – <i>PowerPoint</i> Apresentação alunos saídas profissionais após o 9º ano
5ª e 6ª Do que sou capaz...	– Aplicação da Bateria de Provas de Raciocínio (BPR), de modo a que seja	– Aplicação da BPR; – Diálogo com os alunos acerca do programa.

(continua)

Tabela 28 (continuação)

	possível avaliar as competências cognitivas dos alunos; – Avaliação do programa.	– Realização dos grupos para a entrega dos resultados dos instrumentos aplicados (IPP-R e BPR).
7ª Quais serão as novidades...	– Apresentar aos alunos os resultados dos instrumentos IPP-R, BPR e restantes fichas que realizaram, relacionando-os com o percurso escolar de cada um, de modo a auxiliar as suas escolhas vocacionais.	– Apresentação e explicação dos resultados da Orientação Vocacional a cada aluno.
Reunião/ Sessão pais	Objetivos	Atividades
1ª Apresentações	– Apresentar o programa de Orientação Vocacional desenvolvido com os alunos do 9.º ano do Agrupamento de Escolas de Maximinos, durante o ano letivo 2014/2015; – Sensibilizar os encarregados de educação para a importância da Orientação Vocacional e para o seu envolvimento no mesmo processo.	– Apresentação em <i>PowerPoint</i> intitulado <i>Apresentações...</i> ; – Esclarecimento de dúvidas pais.
2ª Envolvendo-se no percurso vocacional do seu filho...	– Dar conhecimento dos percursos disponíveis posteriormente ao 9.º ano de escolaridade, designadamente no que se refere à oferta de cursos e às disciplinas que os constituem; – Divulgação dos resultados aos pais/ encarregados de educação.	– Visualização em <i>PowerPoint</i> denominado de <i>Envolvendo-se no percurso vocacional do seu educando</i> ; – Divulgação dos resultados e esclarecimento de dúvidas aos pais.

Estando apresentada a ficha técnica e estrutura do programa, julga-se essencial passar em seguida apresentar a concetualização teórica que sustentou a construção do mesmo.

Concetualização teórica

Efetivamente, existe atualmente uma visão inclusiva da Psicologia Vocacional, a suposição de que as pessoas têm um papel importante nas suas escolhas de vida, particularmente no que se refere à carreira. Para Flum (2001, cit. in Blustein, 2011) a escolha de carreira, a exploração e os processos de tomada de decisão, permitem retirar importantes conclusões e perspetivas sobre a matriz relacional do indivíduo.

Savickas (2012) sugere que ao encorajar o adolescente para se envolver no seu próprio processo de tomada de decisão vocacional, conhecendo as variantes psicológicas presentes neste processo, bem como as respetivas consequências, estar-se-á a contribuir para que o jovem

se consciencialize do seu papel, da importância e responsabilidade inerente à escolha e sobretudo que sinta que pode ser ele próprio a delinear o seu trajeto.

Assim, Taveira (2004) julga imprescindível que um programa de orientação para a carreira cumpra essencialmente cinco objetivos: “exploração orientada para o autoconhecimento e o conhecimento do meio circundante; a compreensão do mundo do trabalho, das profissões e do emprego; a aquisição de competências de tomada de decisão; desenvolvimento de uma ética de trabalho e por fim, a elaboração e execução de planos vocacionais e de vida realista” (p.110).

Posto isto, depois da revisão da literatura e antes mesmo de se passar à descrição das atividades desenvolvidas no programa, é pertinente mencionar três pontos: o primeiro, pelo facto de este programa ser já existente no GMOE; segundo, as três estagiárias introduziram algumas mudanças de melhoria ao programa inicialmente existente, terceiro, a Psicóloga distribuiu as 8 turmas do 9º ano pelas 3 estagiárias. À estagiária Rosa Araújo couberam as turmas 9º1, 9º5 e 9º8, Ana Luísa Faria 9º3 e 9º4, e à Bruna Rodrigues 9º2, 9º6 e 9º7.

Entre as mudanças que foram efetuadas no sentido de se introduzirem melhorias no referido programa, destacam-se as seguintes: 1) um logótipo novo; 2) atribuídas designações diferentes ao programa, sessões e atividades; 3) construção em *PowerPoint* esclarecendo aos alunos o que são os *interesses* vocacionais; 4) reformulou-se os objetivos do programa; 5) introduziu-se melhoramentos estéticos ao documento do procedimento do programa e ao folheto com informações aos pais; 6) procedeu-se à alteração de informação e estética do documento das Ofertas Formativas para entregar aos encarregados de educação; 7) mudou-se esteticamente o *PowerPoint* de apresentações aos alunos e aos pais, bem como atualizações de informações novas, como por exemplo, as ofertas escolares para o ano letivo 2015/2016; 8) substitui-se o instrumento *Interesses e Preferências Profissionais* (IPP) (2001) pelo, *Interesses e Preferências Profissionais – Revisto* (IPP-R) (La Cruz, 2013); 9) foi elaborado e incorporado ao programa um novo questionário “Questões de Orientação de Escolha Certa” com questões fechadas e abertas; 10) reformulou-se o modelo de Relatório de OV, a entregar aos alunos na sessão de divulgação dos resultados de OV; 11) redigiu-se um documento a relembrar os pais/encarregados de educação da segunda reunião/sessão destinada a estes; e por fim, 12) introduziu-se ao programa o Questionário para os encarregados de educação avaliarem a segunda reunião/sessão.

Este programa foi implementado em duas escolas do Agrupamento, nomeadamente a EB2/.3 Frei Caetano Brandão e na Escola Secundária de Maximinos, uma vez que os alunos do

9º ano se encontram divididos pelas duas escolas, pelas turmas do 9º1 ao 9º4 na Frei e 9º5 ao 9º8 na ESMAX. Contudo sendo o mesmo programa, existiu o cuidado de as sessões ocorrerem nas duas escolas dentro do mesmo espaço temporal. As sessões decorreram em horário letivo nas disciplinas disponibilizadas pelo agrupamento para esse fim, com exceção da última sessão que decorreu em horário extraescolar.

Mostra-se agora importante passar a uma descrição global das atividades que foram desenvolvidas no decorrer do programa “A escolha certa!”.

Descrição geral das atividades

Antes de mais, será necessário mencionar que todas as sessões do referido programa foram planificadas tendo em conta uma ligação sequencial e de forma lógica, indo ao encontro dos objetivos gerais e específicos predelineados. As sessões com os alunos das turmas 9º1; 9º5 e 9º8, nas quais a estagiária interveio, decorreram entre o dia 14 de janeiro e o dia 3 de junho. Das sete sessões previstas, cujos intervenientes eram os alunos do 9º ano, seis sessões foram realizadas em contexto de sala de aula, em horários letivos disponibilizados pelo Agrupamento para esse fim, conforme acordado numa reunião previamente efetuada com o Coordenador 9º ano de escolaridade. A última sessão com os alunos, destinada à apresentação dos resultados, decorreu em horário extraescolar.

As dinamizações das sessões com os alunos prenderam-se com a apresentação dos intervenientes, apresentação do tema, preenchimento de várias fichas e instrumentos de avaliação de Orientação Vocacional, a exemplo o IPP-R (La Cruz, 2013) e a BPR (Almeida & Lemos, 2006) e exposição das ofertas formativas após o 9º ano de escolaridade, reflexão acerca dos mesmos e das sessões, havendo no final de cada sessão um momento para tirar dúvidas, preenchimento da folha de presenças e avaliação das sessões.

A última sessão previa a apresentação dos resultados em pequenos grupos, formados segundo os interesses dos alunos e agendados em concordância com horários compatíveis. Assim, assentou numa dinâmica mais individualizada, onde a dinamizadora cedia a cada aluno o Relatório de Orientação para a Carreira (anexo 17) com os resultados das informações recolhidas ao longo das sessões, onde era explicado o parecer da orientação da carreira.

Nesta sessão, foi dada a oportunidade para os alunos refletirem acerca dos resultados obtidos e se pronunciarem relativamente às suas expectativas referentes aos resultados do processo. No mesmo momento foi facultado um comunicado, para ser entregue aos

pais/encarregados de educação, que visava relembrá-los da data da última sessão/reunião com estes.

Já a 1ª sessão/reunião realizada para os pais/encarregados de educação, decorreu nos dias 8 (9º8), 9 (9º5) e 13 (9º1) de janeiro de 2015. Iniciava-se com a apresentação da dinamizadora. Após isso, com recurso a uma apresentação em PowerPoint, fera dado a conhecer o programa aos pais, ficha técnica programa, as sessões que seriam desenvolvidas com os seus educandos e o respetivo horário que caberia a cada turma para a orientação vocacional. No final, era disponibilizado uns breves momentos para o esclarecimento de eventuais dúvidas. Tendo ainda sido comunicado aos pais que estava previsto um segundo encontro, dia 4 de junho/2015, destinado a estes, que seria realizado logo a seguir ao término da última sessão com os seus educandos.

Assim, a última sessão com os pais realizou-se na data prevista, dia 4 de junho/2015 entre as 18:00h e as 19:30h na cantina da Escola Secundária de Maximinos, sede do Agrupamento, isto porque era necessário um espaço maior onde fosse possível reunir todos os pais das 8 turmas do 9º ano de escolaridade, das duas escolas. Com recurso ao método expositivo foi exposto aos pais o que tinha sido realizando e como tinha decorrido as várias sessões com os seus educandos. Ainda foram apresentadas aos pais as diversas opções que os alunos tinham à sua disposição, no Agrupamento e em outras escolas, para escolha após a conclusão do 9º ano.

Posto isto, foi divulgado aos encarregados de educação, que todos os alunos do 9º ano já haviam tido acesso aos resultados do processo de OV através de um Relatório de Orientação para a Carreira. Ainda lhes foi comunicado, que os pais que já tivessem tido oportunidade de ver o relatório do seu educando, caso pretendessem, no final da sessão haveria a oportunidade de colocarem dúvidas, com a Psicóloga do Agrupamento e/ou com a mentora que desenvolveu o processo de orientação vocacional na turma do seu educando.

A sessão contemplou também a entrega de um panfleto do programa e uma lista com as ofertas formativas de várias escolas. É de referir que nesta reunião de pais estiveram presentes um total de 23 encarregados de educação, sendo que 10 eram das 3 turmas em que a estagiária interveio. Por fim passou-se a folha de presenças e um “Questionário de Avaliação” para que os pais pudessem avaliar a sessão do dia. Este questionário tem 7 questões numa escala de Likert que vai de 1 (Insatisfatória) a 5 (Excelente), a maior parte dos inquiridos considerou (4) Muito Satisfatória e (5) Excelente respondendo às seguintes questões: 1) Importância da sessão informativa; 2) Organização do espaço; 3) Recursos materiais utilizados; 4) Preparação das

oradoras (conhecimentos revelados sobre o tema e aptidão para transmissão dos mesmos); 5) Informações transmitidas; 6) Utilidade das informações e dos materiais facultados; e, 7) Pertinência da realização de sessões informativas sobre esta temática.

Quanto à avaliação referente às 7 sessões do programa, realizada no total dos 57 alunos, das 3 turmas (9º1, 9º5 e 9º8), 55 consideraram que as sessões foram *Satisfatório* e só 2 alunos da turma 9º 5 avaliaram a 5ª/6ª sessão como *Não Satisfatório*.

O respetivo programa pretendeu cumprir um dos objetivos do projeto TEIP2, “Programa de Orientação Escolar e Profissional” (OEP) apoiando o aluno na escolha da área de estudos a seguir ao terceiro ciclo de formação, procurando envolver desta forma ao máximo todos os alunos do 9º ano.

Reflexão

Chegado ao momento da reflexão crítica do programa, julgamos que este embora sendo já um programa existente no GMOE e mesmo depois das introduções de melhorias por parte das estagiárias, acreditamos que o mesmo ainda apresenta algumas lacunas e precise de novas reformulações, como: 1) devendo haver uma sessão prévia de esclarecimento direcionada aos alunos, para que fossem os próprios a demonstrar interesse na sua envolvência no processo de Orientação Vocacional; 2) as sessões não devem ocorrer no contexto de aula para evitar toda as alterações que o Agrupamento tem que fazer nas turmas, retirando tempo de aulas que mais demonstram a necessidade dessas para a suas planificações; 3) este processo deverá ser individualizado e não em grupo, permitindo um acompanhamento maior, dando para abranger outras questões de modo mais aprofundado ao processo de OV; 4) seria ainda, importante o momento individualizado para uma maior atenção e concentração necessária por parte dos alunos para o preenchimento dos instrumentos e questionários; 5) o intervalo temporal entre sessões é demasiado alongado, julgando ser mais benéfico uma frequência semanal, isto porque os alunos acabariam por se envolverem mais no processo; 6) sendo um processo demoroso e importante para a orientação vocacional do aluno, a estagiária considera que este deveria iniciar logo no princípio do ano letivo; 7) ao iniciar no início do ano o processo de OV o aluno poderia motivar-se mais pela sua aprendizagem caso começasse a perceber, mais cedo, os seus reais interesses da área vocacional; 8) e, alguns objetivos, atividades e dinâmicas do programa poderiam ser revisto e alterados novamente de modo a ser mais eficaz o processo e, as sessões serem realizadas de uma forma mais apelativa e criativa, considerando o grupo alvo.

Quanto à postura dos alunos durante o processo revelaram, por vezes, algum desinteresse, consequência das dificuldades que tinham em atribuir significado ao tema e às atividades que lhes eram solicitadas para a tomada de decisão, como por exemplo, no preenchimento da Bateria de Provas de Raciocínio (Almeida, 2003), um instrumento de preenchimento longo e demorado. Contudo, apesar de se dispersarem de uma ou outra tarefa, sendo chamados à atenção, estes eram empenhados e realizavam as mesmas motivados e questionavam quando era a próxima sessão. Os alunos nunca deixaram de comparecer a uma sessão e avaliavam sempre todas as sessões de forma muito positiva e agradável.

Foi possível perceber durante o processo a maturidade que alguns alunos demonstravam quanto à sua escolha vocacional, já marcada por uma área e/ou profissão. Noutros verificou-se que os seus interesses demonstravam ser uns, mas na conclusão do processo revelou outras áreas de interesse, o que depois de a estagiária conversar com o aluno este admitia que realmente também tinha interesse nessa determinada área. Alguns revelaram grande influência dos pais na decisão da sua orientação vocacional, apontado a profissão que os pais gostariam que os mesmo «s seguissem. Existia uma percentagem considerável de alunos que estavam indecisos, mas no final do processo sobressaiu a verdadeira área de interesse deles. Houve ainda, quem ainda não se tinha envolvido de todo no processo vocacional, demonstravam uma indiferença total e/ou não sabia qual a área de maior interesse.

Quanto aos pequenos grupos de alunos, deveu-se devido ao elevado número de alunos por turma, sendo muito difícil o agendamento individual para todos os alunos, devido ao estágio curricular incluir outras atividades em paralelo, por se aproximar o término do ano letivo e a havendo a preocupação de não haver tempo para o atendimento a todos os alunos envolvidos. Contudo sim, julgamos que teria sido um processo mais enriquecedor para o aluno e para a estagiária caso esse atendimento de divulgação dos resultados fosse individual, o que poderia ter acontecido efetivamente, dando um tempo, por exemplo, de dez minutos para cada aluno, pois na verdade foi mais ao menos o tempo atribuído a cada aluno em grupo. Embora esse lapso, todas as informações julgadas pertinentes foram expostas de forma clara a cada aluno teve um momento para questionar alguma dúvida ou expor qualquer outro assunto relacionado com o processo de orientação Vocacional.

Em jeito de conclusão, admitimos que a Orientação Vocacional é um processo demorado e trabalhoso, é necessário toda uma logística envolvida para que seja possível a concretização integral do programa, com reuniões, disponibilidade de cedência de aulas, elaboração de relatórios finais, e uma envolvimento muito grande por parte de todos os responsáveis e

colaboradores, para que não seja em vão todo o esforço realizado. No entanto, e apesar de todo o trabalho extraordinário, nomeadamente o desenvolvimento dos Relatórios de Orientação para a Carreira de cada aluno, a estagiária considera muito gratificante a envolvimento e a resposta dos alunos, de uma forma geral ao programa.

Na divulgação dos resultados, em pequenos grupos, existiu um momento direcionado a cada aluno, o que leva a que os resultados sejam apresentados individualmente, mas os outros alunos demonstravam sempre interesse em permanecer até ao final da sessão, motivados e com curiosidade acerca dos resultados dos colegas, havendo uma enorme envolvimento e partilha, sendo extraordinário presenciar esse momento que consideramos muito motivador para o profissional.

É ainda, muito compensador, no final de meses de trabalho, na implementação do programa, poder constatar o entusiasmo demonstrado pelos alunos ao confirmar a congruência entre os seus interesses pessoais e os resultados revelados nos instrumentos. Note-se que, por outro lado, existem casos de alunos que estavam indecisos acerca da escolha da área, outros havia que nem imaginavam ainda qual a sua escolha, e que após os resultados encontram-se decididos e gratos pela orientação. Porém, existem os que revelaram resultados inconclusivos. Nestes casos, demonstrou-se a necessidade de continuarem o processo de orientação vocacional a fim de ser possível prestar uma ajuda efetiva.

Por tudo acima já mencionado, acreditamos cada vez mais a importância do processo de Orientação Vocacional para os orientar nas (in)decisões dos jovens.

Enquanto futura profissional da Psicologia da Educação, a estagiária pôde constatar que a área de Orientação Vocacional é de facto um campo no qual sente imenso interesse e gosto em trabalhar.

Por fim, no que respeita aos objetivos previstos no programa, acredita-se que tenham sido integralmente cumpridos.

Terminando esta apreciação ao programa, seguidamente, apresenta-se uma atividade desenvolvida pela estagiária em parceria com as outras colegas de estágio e o GMOE, uma Feira das Profissões, evento que não era contemplado inicialmente nas necessidades, mas devido às indecisões dos jovens do Agrupamento, o GMOE julgou pertinente realizá-lo, para complementar ainda mais o processo de Orientação Vocacional, de forma a mostrar, essencialmente as várias experiências e práticas profissionais aos alunos do 9º ano, como trazer as Instituições do Ensino Superior até a todos os alunos do Agrupamento aos alunos do 12º ano que estavam a finalizar o ciclo de formação, para que estes jovens pudessem fazer uma

exploração das ofertas ao nível do Ensino Superior e das quais estavam presentes no evento “Com um pé no futuro!”. Desta forma era pretendido adjuvar à tomada de decisão dos adolescentes.

3.4.6. Evento Feira das Profissões: “Com um pé no futuro!”¹⁰



A seguir apresenta-se a tabela 29, está esquematizado a ficha técnica, onde é possível ver além de outros aspetos, os objetivos gerais, os intervenientes e os destinatários do evento.

Tabela 29: Ficha técnica Evento Feira das Profissões: “Com um pé no futuro!”

Título: “Com um pé no futuro!”				
Tema: Orientação Vocacional				
Objetivo Geral				
- Promover e apoiar os adolescentes à tomada de decisão para o ingresso no Ensino Superior; - Auxiliar os adolescentes à tomada de decisão vocacional; - Permitir oferecer aos jovens que estavam prestes a definir seu futuro profissional informações fundamentais sobre as áreas profissionais.				
Intervenientes	Psicólogas estagiárias (dinamizadoras) Equipa GMOE (Psicóloga e Assistente Social) Professores Agrupamento Alunos 9º ano Alunos 12º ano Toda a comunidade académica (outros alunos e assistentes operacionais) Representantes 23 faculdades			
Destinatários	9º1-20 alunos 9º2-19 alunos 9º3-24 alunos 9º4-20 alunos 9º5-22 alunos 9º6-29 alunos 9º7-16 alunos 9º8-15 alunos	Escola Frei Caetano Brandão Escola Secundária Maximinos	10º 1- 29 alunos 10º2-26 alunos 10º3-25 alunos 11º1-24 alunos 11º2-26 12º 1-31 alunos 12º1-12 alunos 12º3-19 alunos	Escola Secundária Maximinos
Frequência	1 manhã			
Duração	45 Minutos			
Horário	9:00h às 12:00h			
Local	- Pavilhão Gimnodesportivo R14 - 5 salas do Bloco 5			
Início: Fim: 19 de março de 2015				
Autoras: Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues, Rosa Araújo e GMOE				

¹⁰ Toda a documentação integral relativa a este evento encontra-se em anexo para que se possam consultar de forma mais detalhada todas as informações relevantes, possibilitando uma leitura mais abrangente acerca de toda as dinâmicas envolvidas na organização deste evento (anexo 21).

Concetualização teórica

É mencionado na literatura que é habitual alunos do ensino secundário ainda se encontrarem numa fase de indecisão acerca da escolha da área profissional a seguir. Este nível de indecisão repercute-se, entre outros, no número significativo de alunos que, aquando à entrada no ensino superior em Portugal, tendem a mudar de curso no 1º ano da Faculdade (Pocinho Correia, Camacho & Rodrigues (2007), cit. in Pocinho, Correia, Carvalho & Silva, 2010).

A decisão do curso, o descontentamento com o conteúdo do mesmo e as baixas perspetivas de emprego, são questões bastante discutidas pelos vários autores, indicando que essas preocupações pode fazer com que dificuldades inerentes ao processo de tomada de decisão, do curso ou instituição a ingressar se prolonguem, mesmo quando os adolescentes e/ou jovens adultos já se encontram no final do 12º ano (Araújo, Taveira, & Lemos, 2004; Almeida, Guisande, Soares, & Saavedra, 2006).

Assim, o processo de orientação e aconselhamento vocacional necessita, desta forma, de todo um trabalho que pode envolver o estabelecimento de vários contactos com instituições, entrevistas formais ou informais, visitas e observação de profissões, feiras das profissões, ou outros recursos que possam eventualmente mostrar-se úteis para ajudar o adolescente a clarificar as dúvidas que possam existir ou possibilitar abertura a novas visões do mundo do trabalho ou das profissões Kromboltz (2009).

Posto isto, será importante apresentar de forma sucinta a atividade “Com um pé no futuro!”.

Descrição da atividade

Assim, no âmbito da Semana Cultural que se realizou na semana de 18 a 20 de março de 2015, mais propriamente no dia 19 de Março durante o período da manhã, realizou-se o evento *Feira das Profissões: Com um pé no Futuro* na Escola Secundária de Maximinos - Sede deste Agrupamento. Contou com uma panóplia de amostras de várias Universidades, Institutos Politécnicos, Instituições Militares, bem como os respetivos cursos, no pavilhão de Educação Física.

Tal atividade foi direcionada essencialmente para os alunos do 9º ano, sendo constituído por 4 turmas da EB2/3 da Frei Caetano e 4 turmas da Escola Secundária de Maximinos, perfazendo o total de 164 alunos. O evento foi também dirigido aos alunos do Ensino

Secundário, ou seja, as 3 turmas do 10º ano (80 alunos), 2 turmas do 11º anos (50 alunos) e alunos do 12º ano (64 alunos) totalizando 194 alunos. No entanto, toda a comunidade educativa pode explorar o evento, visto ser importante, desde cedo haver uma exploração por parte das crianças na área da orientação vocacional.

Foi proporcionado um momento, dirigido exclusivamente aos 164 alunos do 9º ano, que contou com 5 salas, no pavilhão de Educação Física, referentes às diferentes áreas disponíveis no ensino secundário. Para tal, foram convidados um total de 17 profissionais, distribuídos pelas referidas 5 salas, em representação de diferentes profissões e áreas, a seguir esquematizadas na tabela 30:

Tabela 30: Distribuição das salas/alunos/profissionais

Distribuição salas/alunos/profissionais		
Salas	Alunos	Profissionais
Sala das Ciências	57	Enfermeira Engenheiro Psicóloga *Estudante de Medicina (não pôde comparecer)
Sala das Humanidades	23	Advogada Político Técnica de Serviço Social *Jornalista (não pôde comparecer)
Sala da Economia	12	Gestora Contabilista *Economista (não pôde comparecer)
Sala das Artes	24	Arquiteto Artista Estilista Designer
Sala do Ensino Profissional	48	1 Professor Curso Profissional do Curso Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos 1 Professor Curso Técnico de Apoio à Gestão Desportiva

Refira-se que, na Sala do Ensino Profissional, estiveram presentes os Cursos passíveis de abertura na Escola Secundária de Maximinos, sendo objetivo dar a conhecer aos alunos do Agrupamento os cursos existentes no mesmo. Este contacto visava colocar em contacto direto

com tais profissionais, onde fosse possível transmitir as suas experiências aos alunos e estes, pudessem colocar questões que os pudessem ajudar a esclarecer dúvidas e/ou incertezas.

Importa ainda referir que da organização deste evento fizeram parte o GMOE, as três estagiárias e duas Professoras do Agrupamento, com a colaboração da Direção do Agrupamento. Contou-se ainda com a colaboração de, essencialmente, 10 assistentes operacionais que ajudaram em toda a logística necessária.

Todo este processo teve início, sensivelmente, três meses antes do evento, sendo que foram realizados os primeiros contatos com os alunos do 12º ano para apresentar o evento assim como convidá-los a colaborar no projeto, ao qual acederam cerca de 24 alunos e que, por conseguinte, também se envolveram na organização do evento. Desde os inícios do mês de fevereiro de 2015, realizou-se várias reuniões com os alunos para contactar as diversas Instituições, quer fosse por correio eletrónico ou via telefónica.

No que concerne às entidades institucionais convidadas, o evento pôde contar com a participação de 23 instituições: 7 Universidades, 6 Institutos Politécnicos/Superiores, 4 Escolas Superiores, 4 Instituições de Segurança, 1 Cooperativa, e 1 Instituto de Medicina Tradicional. A amostra contou ainda com a presença das Associações de Pais das escolas Frei Caetano Brandão e Escola Secundária de Maximinos. Contemplou-se ainda, neste espaço, um local destinado à passagem de um filme do Agrupamento, para dar a conhecer aos presentes as várias escolas e algumas das atividades que aí são desenvolvidas ao longo do ano.

Para que tudo isto fosse possível houve ainda a necessidade de uma prévia divulgação do evento, onde foi fundamental recorrer a vários meios de propagação. Inicialmente foi entregue às turmas do 9º ano um destacável referente à ficha de inscrição no evento e que lhes permitia o acesso às diversas salas das diferentes áreas. Neste destacável foi solicitado a cada aluno que assinalasse, por ordem de preferência, a sala dos profissionais que gostaria de estar presente, isto para obter o número de alunos por sala, permitindo fazer a gestão das mesmas. No próprio dia foram afixadas as listas referentes aos alunos distribuídos por salas, num placar colocado à entrada da escola.

Foram também colocados nas duas escolas – EB2/3 Frei Caetano Brandão e Escola Secundária - cartazes alusivos ao evento, no sentido de promover o mesmo. A partir do dia 13 de março, em todos os intervalos, em ambas as escolas, foi lido um texto alusivo à Feira das Profissões, com o objetivo de promover a mesma e cativar os alunos para a presença no evento. Numa fase final, foi realizada a divulgação do evento através de um meio de comunicação social local, nomeadamente, através da colocação de uma notícia no Correio do Minho.

A cada um dos alunos (12^a ano de escolaridade) participantes na organização do evento, foi atribuído um Diploma de participação, assinado pelo Diretor do Agrupamento, proporcionando assim o interesse destes alunos em envolverem-se nas várias atividades que lhes possam trazer uma carteira de experiencia profissional importante para constar no seu futuro *Curriculum Vitae*.

Desta forma, julga-se que os objetivos iniciais foram cumpridos, ou seja, foi possível colocar os alunos em contacto pessoalmente com as diversas áreas e experiencias profissionais, bem como as áreas possíveis a seguirem num futuro próximo, quer pela área do Ensino Profissional, quer pela via do Ensino Superior.

Reflexão

Parece-nos importante referir algumas sugestões que complementaríamos o evento *Com um pé no futuro*, no âmbito da Orientação Vocacional. Seria essencial um dia completo para a sua realização, ao invés de uma manhã, atendendo à enorme distância que se encontram algumas Instituições participantes, dificultou o início do evento às horas previstas. Seria importante a inexistência de outras atividades (da semana cultural) no Agrupamento em paralelo, no sentido de permitir que estes e outros alunos tivessem oportunidade de explorar os dois espaços, pavilhão e salas. Poderia ainda estar previsto um lanche que pudesse abranger toda a comunidade escolar. Teria sido pertinente ter havido uma avaliação ao evento por parte dos alunos, o que por lapso não existiu. Seria ainda importante que os alunos inscritos pudessem ter acesso a todas as salas desejadas e não apenas a uma delas, de forma a ser possível explorar um maior número de profissionais/profissões.

Ressalve-se ainda que, embora esta atividade não tenha sido contemplada no levantamento das necessidades, foi expressamente solicitada a colaboração ao GMOE onde as três estagiárias estavam inseridas em equipa, o que fez todo o sentido, pois trata-se de um evento que na sua essência tem associada a si a temática da Orientação Vocacional. Sem conhecimentos e prática de um evento do género, a estagiária abraçou por completo esta proposta. Foi preciso toda uma logística que envolveu alunos, diversas instituições, patrocínios, reuniões, horas dispensadas e muito esforço acumulado. Contudo, ficou o sentimento do dever cumprido com sucesso, atendendo ao elevado número de participação e aos elogios que as estagiárias envolvidas no projeto receberam. Estes vieram desde assistentes operacionais, alunos, professores, representantes das instituições, Assistente Social, da Psicóloga/orientadora do Agrupamento, e até da Direção do AE Maximinos, o que é muito gratificante e motivador

para abraçar outros projetos futuros, mesmo que sejam de todo desconhecidos. Importa referir que o elevado número de participação na Feira das profissões foi muito gratificante, superou as expetativas, considerando haver outras atividades em paralelo ligadas à Semana Cultural.

Finalmente, no que concerne à avaliação geral do evento, pensa-se que todas as expetativas foram alcançadas, na medida em que tivemos a possibilidade de proporcionar aos alunos do Agrupamento uma vasta amostra de possibilidades referente à área a seguirem

Seguidamente faremos a apresentação do último programa desenvolvido em contexto de estágio, que se refere à Orientação Vocacional dirigido aos alunos do Ensino Secundário, 10º, 11º e 12º ano de escolaridade. Este programa pertence ao GMOE, também este sofreu alterações de melhoramento por parte das estagiárias, no ano letivo 2014/2015.



3.4.7. Programa de grupo: “Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões.”¹¹

Com a finalidade de se obter uma vista geral do programa de intervenção “Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!”, apresenta-se de seguida a Tabela 31, onde podem ser consultadas diversas informações essenciais que permitem uma melhor compreensão acerca do tema, objetivos gerais para cada um dos anos envolvidos, destinatários, número de sessões, entre outros.

Tabela 31: Programa de grupo: “Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!”

Título: “Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!”
Tema: Orientação Vocacional
Objetivo Geral: - Auxiliar os alunos no desenvolvimento de competências, orientação e interesses pessoais e profissionais.
Subtítulo 10º ano: “Conheces-te?” Objetivos para alunos do 10º ano: - Promover nos alunos uma orientação para o mundo do trabalho, nomeadamente a aquisição de hábitos e atitudes conscientes; - Promover nos alunos uma exploração ativa relativamente ao seu percurso vocacional, nomeadamente cursos, instituições e profissões; - Promover a capacidade de perspetivar o futuro.
Subtítulo 11º ano: “Vem explorar o mundo das profissões!” Objetivos para alunos do 11º ano: - Promoção da exploração ativa relativamente ao seu percurso vocacional; - Esclarecimento de dúvidas relacionadas com o ingresso no ensino superior, designadamente o cálculo da média e outros pormenores inerentes a este processo.

(continua)

¹¹ Toda a documentação integral relativa a este programa encontra-se em anexo para que se possam consultar de forma mais detalhada todas as dinâmicas envolvidas, possibilitando ao leitor uma leitura mais abrangente do trabalho desenvolvido em todas as sessões (anexo 22).

Tabela 31 (continuação)

Subtítulo 12º ano: “Já estás orientado?”		
Objetivos para alunos do 12º ano:		
- Promoção da exploração ativa relativamente ao seu percurso vocacional; - Esclarecimento de dúvidas relacionadas com o ingresso no ensino superior, designadamente o cálculo da média e outros pormenores inerentes a este processo.		
Número de sessões	<u>Alunos do ensino secundário:</u>	<u>Pais/ encarregados de educação dos alunos de ensino secundário:</u> 2 Reuniões (com duração de cerca de 60 minutos):
	<u>10.º Ano de escolaridade:</u> 3 Sessões em grupo (com duração de cerca de 45 minutos);	
	<u>11.º Ano de escolaridade:</u> 1 Sessão de sensibilização em grupo (com duração de cerca de 90 minutos);	Pontualmente no início e fim programa alunos
	<u>12.º Ano de escolaridade:</u> 1 Sessão sensibilização em grupo (com duração de cerca de 90 minutos). <u>Para todos os alunos do ensino secundário:</u> sessão/sessões individuais com os alunos que solicitassem	
Frequência	<u>10.º Ano de escolaridade:</u> 7 de abril/2015 dando continuidade processos individuais até 11 de junho/2015 <u>11.º Ano de escolaridade:</u> 7 de abril/2015 dando continuidade processos individuais até 11 de junho/2015 <u>12.º Ano de escolaridade:</u> 7 de abril/2015 dando continuidade processos individuais até 11 de junho/2015	Pontualmente no início do programa (não se concretizou)
Destinatários	10º 1- 29 alunos 10º2 - 26 alunos 10º3 - 25 alunos 11º 1- 24 alunos	11º2- 26 alunos 12º 1-31 alunos 12º2 - 12 alunos 12º3-19 alunos
Intervenientes	- Alunos do ensino secundário; - Pais e encarregados de educação dos alunos do ensino secundário; - Psicóloga do Agrupamento (Dra. Sónia Dias); - Estagiárias.	
Duração	Sessão com os alunos do 10º ano Início/Fim: Entre 7 a 11 de junho de 2015	

(continua)

Tabela 31 (continuação)

Sessão com os alunos do 11º ano
Início/Fim: Entre 7 a 11 de junho de 2015
Sessão com os alunos do 12º ano
Início/Fim: Entre 7 a 11 de junho de 2015
Para todos os alunos do secundário: A equipa esteve disponível para o atendimento de alunos que estivessem interessados dar continuidade ao processo de Orientação Vocacional
Sessão/reunião com os pais e encarregados de educação 60 minutos (não se realizou)
Autores: Gabinete de Mediação e Orientação Escolar com reformulações das estagiárias Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo
Dinamizadoras: Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo
Dinamizadora turma 11º2 e 12º2 – Rosa Araújo

Apresentada a ficha técnica do programa, surge necessidade de expor a estrutura do programa, onde constam as sessões, os objetivos e as atividades dinamizadas em cada sessão.

Tabela 32: Estrutura do programa: “Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

Sessões alunos	Objetivos	Atividades
10º ano		
1ª Apresento-me, conheço e exploro...	• Apresentação da dinamizadora alunos e programa • Conhecer os alunos e os seus interesses; • Promoção de competências de exploração ativa relativamente ao percurso vocacional.	• Apresentação de todos os intervenientes do programa através do <i>PowerPoint</i>; • Esclarecimento de dúvidas quanto ao programa; • Ficha: “Sobre mim” • Exploração, através do computador e internet de possíveis percursos vocacionais.
2ª Esclareço as minhas dúvidas	• Esclarecimento de dúvidas acerca das possibilidades após ensino secundário: ingresso no ensino superior e/ou no mundo do trabalho. • Sensibilização para a importância da informação.	• Discussão para esclarecimento de dúvidas; • Dissolução de mitos sobre as profissões; • Visualização de vídeos sobre a importância da formação; • Debate sobre os vídeos.
11º ano		
1ª As minhas dúvidas	• Apresentação da dinamizadora, alunos e do programa; • Conhecer os alunos e os seus interesses; • Promoção de competências de exploração ativa relativamente ao percurso vocacional.	• Apresentação de todos os intervenientes e do programa; • Esclarecimento de dúvidas quanto ao programa; • Ficha: “Sobre mim”; • Exploração do <i>Curriculum Vitae</i>.

(continua)

Tabela 32 (continuação)

12º ano		
1ª Apresento-me e exponho as minhas dúvidas	• Apresentação da dinamizadora, alunos e do programa; • Conhecer os alunos e os seus interesses; • Promoção de competências de exploração ativa relativamente ao percurso vocacional.	• Apresentação de todos os intervenientes e do programa; • Esclarecimento de dúvidas quanto ao programa; • Ficha: “Sobre mim” • Exploração do <i>Curriculum Vitae</i>.
Reuniões/sessões pais/encarregados educação alunos ensino secundário		
1ª Reunião/sessão	• Dar a conhecer aos Pais/ Encarregados de Educação o programa a aplicar e os intervenientes.	• Apresentações
2ª Reunião/sessão	• Recolher informações sobre a perceção dos pais e encarregados de educação relativamente à eficácia do programa. • Esclarecer dúvidas após o Ensino Secundário.	• Como está a correr a viagem?

Uma vez exposta a estrutura do programa, importa apresentar uma breve concetualização teórica que sustenta a orientação vocacional nos adolescentes.

Concetualização teórica

Segundo os autores Silva, Noce e Andrade (2003), existem vários tipos de benefícios na intervenção de um profissional da Psicologia da Educação no decurso do processo de Orientação Vocacional dos jovens adolescentes. Por ser uma fase desenvolvimental repleta de momentos de (in)decisão, pela influência de várias variáveis, como por exemplo as características do género, fatores biológicos, familiares, amigos, o rendimento académico, entre outros, os alunos são por diversas ocasiões impossibilitados de tomar as suas decisões vocacionais.

Assim, a Orientação Vocacional surge como um elemento que permitirá aos adolescentes experimentar atividades promotoras do crescimento pessoal, do autoconhecimento e do desenvolvimento de capacidades intelectuais, que, por sua vez, possibilitarão uma perspetiva mais aprofundada e extensa dos percursos escolares, profissionais e mesmo de vida, assim como, tomadas de decisão mais informadas e bem-sucedidas (Cardoso, 2011). Por conseguinte, a Orientação Vocacional assume um papel crucial na preparação das escolhas profissionais individuais ao longo da vida, perspectivando o trabalho como um dos

meios mais relevantes para que cada pessoa alcance a realização pessoal (Teixeira & Calado, 2010).

Posto isto, depois da revisão da conceptualização teórica, julga-se importante referir que este programa, assim como o anterior, pertence ao GMOE. Este programa foi reformulado em alguns pontos pelas estagiárias, introduzindo algumas melhorias ao programa já existente, entre as quais as seguintes: 1) um logótipo novo; 2) denominações novas ao programa, às sessões, às atividades; 3) mudar esteticamente *PowerPoint* de apresentações aos alunos; 4) introduziu-se no programa um documento “*Onde podes procurar informação*” que continha alguns *sites* onde os alunos poderiam ir consultar, de forma a explorar as instituições superiores, médias, entre outras; 5) elaboração de um outro documento, a ficha “As profissões”, que permitiria organizar a informação segundo os seus eventuais interesses.

As oito turmas do ensino secundário da Escola Secundária de Maximinos foram distribuídas pela Psicóloga do Agrupamento às três estagiárias. A divisão ficou distribuída do seguinte modo: as turmas do 10º1, 10º2, 10º3 e 12º3 foram entregues à estagiária Ana Luísa Faria; as turmas do 11º2 e 12º2 ficaram destinadas à estagiária Rosa Araújo, e as turmas do 11º1 e 12º1 couberam à estagiária Bruna Rodrigues. As sessões decorreram em horário letivo, tendo sido disponibilizado tempo para esse fim pelo Agrupamento e professores. Excetuam-se os atendimentos aos alunos que quiseram dar continuidade ao processo de Orientação Vocacional, que decorreu em horário extraescolar.

Importa ainda referir que a estagiária interveio na turma 11º2, sendo uma turma do Ensino Técnico Profissional, já a turma 12º2, era do Ensino Regular.

Posto isto, acreditamos ser importante apresentar, sucintamente, o desenvolvimento das sessões, que seguiram uma linha linear de ação, com exceção da última sessão, continuação processo Orientação Vocacional, para os alunos que a solicitaram.

Descrição das atividades

Assim, a sessão da turma 11º2 foi realizada no dia 7 de abril de 2015, pelas 8:25h até às 9:55h num tempo de aulas de 90 minutos. Já na turma 12º 2, a sessão decorreu no dia 13 de abril de 2015 das 8:25h às 9:55h, numa aula de 90 minutos concedida para o efeito.

Embora fossem anos de formação diferentes, os objetivos de ambas as sessões/turmas previam a apresentação dos intervenientes e do programa, pretendendo obter informações acerca dos alunos e dos seus interesses, promovendo competências de exploração ativa relativamente ao percurso vocacional. Assim, foram divulgadas informações sobre o mundo do

trabalho, das profissões e do emprego, como informações de cursos e instituições. Implicava falar de forma breve acerca do cálculo da média, (isto porque os diretores de turma se propuseram a esclarecer aos alunos em mais pormenor), mas foram explicados os procedimentos de candidatura a bolsa, entre outros temas relacionados com o ingresso no ensino superior e alternativas ao mesmo.

Houve, ainda, oportunidade para esclarecimento de dúvidas, exploração de dois *Curriculum Vitae* e preenchimento da ficha “Sobre mim” de autorreflexão das suas características, interesses e preferências. No final da sessão, os alunos tinham de refletir acerca da pertinência do programa e da orientação vocacional/profissional, havendo tempo para um debate. No fim, foi feita a avaliação da atividade e foi assinada a folha de presenças.

É importante mencionar que estava previsto, em todas as turmas haver um período de tempo para os alunos efetuarem uma pesquisa pelos cursos, áreas, profissões e outros, na *internet* com recurso aos computadores, mas devido a toda a interação com os alunos, não houve tempo para a realização dessa atividade.

Para quem se mostrou interessado em dar continuidade ao processo de orientação, foi agendando atendimento individual com a dinamizadora, de acordo com a disponibilidade, tendo em conta os horários dos alunos e da estagiária. Os alunos do 11º ano não demonstraram interesse pelo atendimento individual. Quanto à turma do 12º ano, inscreveram-se três alunos, embora que mais tarde, nos finais do mês de maio, uma outra aluna tenha ainda requerido esse atendimento, tendo sido dado essa oportunidade.

Foram desenvolvidas três sessões individuais para cada aluno, duas para a passagem dos instrumentos Bateria de Provas de Raciocínio (Almeida, 2003) e Interesse e Preferências Profissionais-Edição Revista (IPP-R) (La Cruz, 2013). Foram também analisados outros documentos de apoio, tais como um quadro das classificações do ensino secundário e a ficha “O Valor dos Valores”, e foi realizada uma entrevista mais informal sobre os seus interesses. Quanto à última sessão, foi destinada à entrega dos resultados, através do Relatório de Orientação para a Carreira e foram esclarecidas algumas dúvidas. Toda esta última fase/sessão do processo decorreu numa sala disponível e escolhida pela estagiária, I- Alunos, na ESMAX.

Este programa contemplava duas sessões para encarregados de educação. A primeira sessão pretendia divulgar o programa e envolver os educadores no processo vocacional dos filhos. A ideia era esta sessão ser realizada antes de iniciar os programas com os alunos. E a segunda sessão/reunião serviria para divulgar aos pais a forma como tinha decorrido todo o processo de orientação com os seus educandos. Porém, devido ao elevado número de atividades

a decorrer no Agrupamento no segundo período e com o aproximar do fim do ano letivo, não foi possível cumprir esses objetivos.

Este programa pretendeu, assim, cumprir um dos objetivos do projeto TEIP3, “Programa de Orientação Escolar e Profissional” (POEP) apoiando os alunos do Ensino Secundário na tomada de decisões para o ingresso no ensino superior e/ou para o mercado de trabalho, procurando envolver ao máximo todos os alunos do Ensino Secundário.

Reflexão

Depois de descrito sucintamente o programa, importa refletir sobre o mesmo.

Consideramos que, devido a todas as lacunas do programa, se justifica construir um novo, pois este pretende ser maioritariamente informativo e voltado para a exploração por parte dos alunos. Mesmo na parte da informação, faltou auxiliar mais os adolescentes no que diz respeito a vários desafios do futuro, e nos possíveis riscos e apostas a fazer, das vantagens e inconvenientes das diversas saídas escolares e/ou profissionais.

Além disso o programa segue com objetivos idênticos para os três anos letivos, ou seja, para 10º, 11º e o 12º ano de escolaridade, sem ter em consideração que muitos destes alunos frequentavam o Ensino Profissional, seguindo por norma outros objetivos que não o prosseguimento de estudos, como a transição para a vida ativa e para o mundo do trabalho. Contudo, julgou-se um aspeto positivo o facto de ter sido introduzido no programa o *Curriculum Vitae*, uma ferramenta importante para estes alunos que pretendem entrar no mercado de trabalho após a conclusão do ciclo de formação. Foi notório o desconhecimento total das informações necessárias a conter em tal documento.

Como já foi referido, entendemos que este programa apresenta lacunas, sendo uma delas não ter havido espaço para proceder a todas as alterações necessárias do programa por parte das estagiárias. Algumas coisas foram melhoradas, mas a solução encontrada possivelmente não tenha sido a melhor, exemplo disso, surge o caso do nome algo desajustado atribuído à sessão do 10º ano “Conheces-te”.

Outro ponto que se julga ter sido menos positivo foi o facto do programa de OV ter só sido desenvolvido no terceiro período letivo, devido a constrangimentos do Agrupamento. O programa deveria ter início logo no princípio do ano letivo pois só haveria vantagens para o processo em si.

Contudo, no que respeita aos objetivos previstos no programa, considera-se que apenas ficaram por cumprir dois objetivos: a tarefa da pesquisa pela *internet* e as duas sessões/reuniões com os pais. Certamente, com uma calendarização mais atempada por parte do Agrupamento,

teria sido possível a sua dinamização. Na nossa opinião, caso este programa continue a ser implementado no Agrupamento, deveria contemplar não uma, mas sim duas sessões de 90 minutos, para as turmas do 11º e 12º ano, dando mais tempo para consolidar os objetivos do programa.

Apesar das lacunas existentes no programa, consideramos que ele foi proveitoso para a maioria dos alunos, uma vez que, embora alguns já tivessem explorado os seus interesses vocacionais, existiam muitas informações que a dinamizadora partilhou que não eram do conhecimento dos alunos. Por isso, houve uma enorme interação e foram colocadas muitas questões, havendo uma lista de pontos que eram desconhecidos para a generalidade dos alunos, entre os quais: 1) a questão da bolsa de estudo; 2) o *site* da Direção Geral do Ensino Superior (DGES); 3) os alunos do Ensino Profissional desconheciam que também poderiam ter acesso à bolsa de estudo, caso seguissem para o ensino superior através dos Curso de Especialização Tecnológica (CET); 4) desconheciam que alguns cursos/instituições solicitavam os pré-requisitos exigidos para ingresso, como em exemplo Professor de Educação Física; e, 5) desconhecimento das informações pertinentes para realizar o documento importante para a procura de emprego, ou seja, o *Curriculum Vitae*.

Avaliando o trabalho feito, acreditamos terem sido abordados aspetos fundamentais, como a fórmula de cálculo das médias, ingresso no ensino superior, bolsas de estudo, entre outros, tendo sido, portanto, atividades uteis e positivas, visto que se conseguiram alcançar alguns dos resultados esperados com o programa.

Durante o processo, os alunos revelaram-se sempre muito motivados, interessados durante toda a sessão, no que concerne às duas turmas que a estagiária interveio.

É importante referir, que, embora o número de alunos que solicitaram a continuidade do processo vocacional fosse baixo (individualmente, apenas quatro), a estagiária ficou muito satisfeita ao verificar que as conclusões do processo foram ao encontro dos interesses e expectativas dos alunos. Resta reforçar, mais uma vez, o enorme gosto da estagiária por esta área da orientação vocacional.

Conclusão

Em jeito de conclusão deste documento, considera-se que o estágio curricular realizado no AE Maximinos ao longo de um ano letivo 2014/2015 foi muito enriquecedor, na medida em que permitiu conjugar a prática com os conhecimentos teóricos adquiridos ao longo dos três anos de Licenciatura em Psicologia e do primeiro ano do Mestrado de Psicologia da Educação. Além disso, permitiu a formulação de novos conhecimentos e a aquisição de aprendizagens de forma a desenvolver várias competências essenciais na prática profissional na área da Psicologia da Educação. Exemplos concretos destas competências são os atendimentos individuais, reuniões, dinâmicas de grupo em diferentes faixas etárias, desde alunos do pré-escolar até ao 12º ano de escolaridade, reuniões/sessões com pais/encarregados de educação, e a organização e realização de um grande evento relacionado com a Orientação Vocacional como foi a Feira das Profissões “Com um pé no futuro”. A estagiária considera ter sido, efetivamente, um ano de muito trabalho, mas com imensas mais-valias preparando-a para uma longa estrada que ainda terá que percorrer.

O AE Maximinos é um mega Agrupamento que envolve sete escolas, desde o pré-escolar até ao ensino secundário, que acolhe muitos alunos com variadas carências pessoais e familiares e necessidades particulares aos mais variados níveis. É neste contexto que o GMOE, conjuntamente com os restantes profissionais ao serviço da instituição, tenta dar as respostas mais adequadas, por meio de uma orientação sistémica e multidisciplinar, face às diversas problemáticas existentes. Este serviço atua em diversos níveis e intervém tanto no domínio preventivo, promocional ou ainda remediativo.

A intervenção na instituição por vezes tende a ser efetuada ao nível de uma intervenção mais remediativa devido a toda a instabilidade do contexto envolvente e pela falta de recursos humanos. Assim, é extremamente difícil que uma única Psicóloga do Agrupamento possa dar resposta e atender a todas as situações sinalizadas. Por este motivo, a Psicóloga tende estabelecer casos prioritários, identificando os mais urgentes. Seguidamente, em parte deles, é realizada uma avaliação cognitiva e feito o posterior encaminhamento para a equipa do Ensino Especial, quando assim se justifica.

Todavia, o GMOE também desenvolve atividades ao nível preventivo e promocional. Desta forma, as atividades desenvolvidas prendem-se com sessões que visam esclarecer os alunos em relação às emoções e proporcionar-lhes estratégias para lidarem com situações de *stress*, concretamente, a ansiedade face aos testes. Contempla, igualmente, os programas de

Orientação Vocacional no auxílio à construção e implementação de um projeto vocacional, o qual, sempre que é possível, procura o envolvimento dos pais/encarregados de educação.

Quanto ao contacto com a instituição, por parte da estagiária, foi antecedido por uma fase, preparatória e fundamental, de pré-estágio, que visou o conhecimento e integração na instituição. Assim, a estagiária pôde ter um primeiro contato com a realidade, facilitando um reconhecimento das necessidades e das dificuldades que a instituição apresentava. Após averiguar todas as necessidades do Agrupamento, a estagiária refletiu com maior clareza e ponderação sobre as atividades que poderiam ser desenvolvidas durante o período de estágio. De facto, consideramos o estágio um período de aprendizagem, que possibilita aos estagiários ganhar maiores índices de autonomia na intervenção. Também permite uma consciencialização mais apurada acerca da importância de uma boa preparação, quer teórica quer prática, para a intervenção e permite, inclusive, a troca de argumentos com as mais variadas equipas.

Torna-se pertinente referir que, embora um contexto novo suscite sempre alguma ansiedade e incerteza, é também um facto que a curiosidade e a vontade de fazer sempre o melhor na nova instituição, estiveram sempre presentes. Procurou-se de uma forma de interação e de resposta a todos os profissionais, alunos e famílias que fazem parte integrante daquele contexto.

Não se pode deixar de mencionar a forma exemplar como a estagiária foi acolhida ao longo de todo o ano letivo por todos os profissionais que trabalham no AE Maximinos, muitos deles não poupando esforços para que houvesse uma integração efetiva, servindo de ponte com os restantes colegas, mostrando todos os espaços e colaborando incessantemente no trabalho que a estagiária ia efetuando, ajudando a preparar toda a logística que era necessária, quer para o bom funcionamento nos atendimentos individuais quer em grupo. De realçar, em concreto e particularmente, os Assistentes Operacionais, Professores, a Dr^a. Neusa, Assistente Social, a Direção do Agrupamento e a Dr^a. Sónia Dias, Psicóloga e Orientadora de Estágio que acreditaram desde o início nas capacidades da estagiária. A Dr^a. Sónia Dias não só transmitiu os seus conhecimentos como auxiliou a estagiária em vários momentos, contribuindo para uma adaptação gradual e positiva. Para além disso, importa salientar que todos permitiram o contato informal da estagiária com alunos, professores e outros colaboradores da instituição, proporcionando, igualmente momentos de lazer e convívio entre toda a comunidade educativa.

O gosto pelo trabalhado em equipa deve ser também sublinhado. A estagiária desenvolveu projetos comuns com as outras duas estagiárias, a Ana Luísa e a Bruna Rodrigues,

com as quais partilhou e adquiriu conhecimentos, havendo sempre muitos momentos de entreajuda, esclarecimento de dúvidas, desabafos e partilha de receios e de alegrias.

Quanto às atividades de estágio que a estagiária teve oportunidade de desenvolver, servindo para colmatar algumas das imensas necessidades do Agrupamento, passam por programas de grupo de alunos de várias faixas etárias, que foram fonte de motivação e de proveito a vários níveis, mas, não se pode deixar de aproveitar a ocasião para destacar a excecionalidade, sem dúvida, do programa *Dora, vai envolver, participar e incluir!* Esta perspetiva é fundamentada pelo facto de ter sido um programa construído integralmente, e de raiz, pela estagiária e por envolver múltiplas culturas, várias idades, crianças e adultos, como ter permitido trabalhar várias temáticas. Ainda sobressaíram outros dois, os programas de Orientação Vocacional, uma área que a estagiária descobriu como sendo de seu elevado “interesse” e “vocação”, por toda a ajuda que se presta aos alunos numa fase que é tão decisiva para ser o futuro escolar e/ou profissional dos mesmos.

Contrariamente, destacou-se de forma menos positiva o programa “Família+perto para o sucesso” (estilos/práticas parentais), por ter havido apenas um momento para a sua aplicação e sem sucesso, devido á falta de comparência dos pais, o que transmitiu frustração à estagiária, não se revelando benéfico no apoio aos alunos do 5º ano de escolaridade (programa Bem, vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!), incumprindo os objetivos desejados.

Importa referir que existiram algumas atividades que constaram no projeto de estágio, às quais a estagiária propôs dinamizar e que não foram possíveis de realizar, devido a questões organizacionais e temporais, como a ação de formação para os Assistentes Operacionais e as sessão/reuniões com os pais dos alunos do ensino secundário no programa “Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!”. Contudo, é importante mencionar que no decorrer do estágio surgiram outras necessidades que impuseram a dinamização de atividades que não estavam previstas, como: o Projeto/jogo “Eu e os Outros” para intervir numa turma do 6º ano e duas do 7º ano; o programa “Tu vales muito! para implementar em 3 turmas do 5º ano; e, o evento “Com um pé no futuro!” dirigido aos alunos do 9º ano e ensino secundário.

Salienta-se ainda, outro aspeto menos positivo do estágio o qual se encontra associado aos atendimentos individuais. Em relação ao caso (G) pela interrupção e cessação do atendimento individual por parte da Psicologia (norma dos procedimentos do Agrupamento aquando da integração do aluno nas NEE) e, ao caso (F.) ter iniciado tardiamente, impeditivo de acompanhamento psicológico necessário para cumprir os objetivos estipulados e desejados. O que, conseqüentemente, não se revelou para a estagiária uma mais-valia quanto ao aprimorar

o desenvolvimento das suas competências e estratégias no âmbito dos atendimentos individuais. Sendo, que nem mesmo os casos de observação o tenham proporcionado, já que estes casos de observação também foram breves e escassos. Contudo, este desenvolvimento foi proporcionado pela partilha e reflexão de outros casos em equipa (colegas de estágio e psicóloga do AE Maximinos e colegas noutros contextos de estágio, através de partilha de informações na supervisão de casos), e pelos vastos conhecimentos de experiência profissional da supervisora de estágio, Doutora Ângela Azevedo.

Ressalva-se, que embora não tenha sido possível dar continuidade ao processo de consulta do caso G., este prolongou-se no tempo com reuniões com a estagiária e toda a equipa, procurando reunir esforços para integrar a criança em Educação Especial, sendo preciso elaborar e assinar todos os documentos necessários para tal, permitindo assim, o desenvolvimento de algumas competências na estagiária.

Através dos casos de intervenção foi possível conferir a importância que toda a organização prévia e coerência tem num processo de sinalização, avaliação e intervenção, otimizando o tempo disponível com a criança/adolescente. Para que este processo surta o efeito desejado, é ainda necessário promover uma relação de empatia entre o aluno e a psicóloga.

Foram inúmeros os pontos positivos que a estagiária pode retirar da presença em atividades de observação, da participação em reuniões, ações de formação, conceção e implementação de programas, atendimentos individuais, organização de eventos relacionados com a Orientação Vocacional, Relatórios de Orientação Vocacional, integração de alunos em NEE, entre outros. Esta panóplia de experiências permitiram cumulativamente ter uma melhor compreensão acerca do desenvolvimento de todo o processo de atendimento psicológico, da logística necessária, dos meios técnicos envolvidos, assim como observar e sentir tudo aquilo que envolve um ano de trabalho em contexto escolar, sempre no intuito de atribuir a melhor resposta às necessidades existentes e às dificuldades presentes numa escola.

Considera-se ainda, que estas atividades contribuíram para uma efetiva integração da estagiária na instituição, como também possibilitaram dar a conhecer a sua presença à comunidade educativa, como membro integrante do GMOE.

Julgamos pois, que todas as atividades de estágio foram cumpridas e revelaram-se pertinentes na formação da estagiária, sendo que a concretização adequada destas só foi possível mediante um processo de observação constante e transversal a todo o estágio curricular.

Assim, e perante o exposto anteriormente, consideramos que o estágio curricular foi muito enriquecedor quanto à aquisição de experiência prática em todas as fases que envolve a

implementação de um processo de intervenção, como na aquisição de conhecimentos. A possibilidade de trabalhar com vários técnicos em equipa e a interação direta com crianças de várias faixas etárias e de várias culturas constitui-se igualmente uma mais-valia, pois contribuiu significativamente para o desenvolvimento integral de competências da estagiária. O período de um ano de estágio foi aproveitado, ainda, como uma notável oportunidade para a reflexão crítica intrínseca, que aqui ficou registada ao longo de todo este documento.

Importa ainda salientar que foi um processo muito trabalhoso, com muitas tarefas agendadas para um curto espaço temporal, mas porém já na fase final desta etapa, compreende-se que o estágio curricular é a preparação e a base na “construção dos alicerces” de um profissional. Neste sentido, importa referir que em muito contribuiu a preciosa ajuda e apoio da Doutora Ângela Azevedo na supervisão de estágio, permitindo o crescimento pessoal e profissional da estagiária, refletindo-se esse crescimento na prática no decorrer do estágio curricular.

Este estágio possibilitou compreender, observar e comprovar que a Psicologia Educacional é um contexto educacional muito rico em termos de aprendizagem, que possibilita consciencializar, quer crianças quer as suas famílias através de atividades e programas de intervenção, o que por si só se constitui numa motivação acrescida tanto a nível pessoal como a nível profissional, sendo muito gratificante.

É de referir, igualmente, que a Psicologia Educacional é uma área que impõe grandes exigências aos seus profissionais seja em termos psicológicos, de disponibilidade e entrega ou responsabilidade, exigindo um trabalho contínuo e permanente cujos resultados, por vezes, não se mostram visíveis de forma imediata, não obstante a esperança de alcançar resultados positivos a médio/longo prazo.

Para que tudo seja possível, é imprescindível que o Psicólogo detenha um conhecimento e domínio na parte da Psicologia, conhecendo instrumentos, modelos e teorias que levará a que este tenha um sentimento de segurança e confiança em todo o processo.

Por último, importa referir que tudo o que contemplou esta experiência de estágio curricular se revelou num ímpeto na procura de um futuro de sucesso enquanto Psicóloga da Educação, não obstante as dificuldades da realidade vigente.

Referências Bibliográficas

- Agrupamento de Escolas de Maximinos (2012;2013). *Contrato de Autonomia*. Ministério da Educação e Ciência.
- Agrupamento de Escolas de Maximinos. (2014). *Regulamento Interno. Projeto TEIA*. Braga: AE Maximinos.
- Almeida, L. S. (2002). Facilitar a aprendizagem: ajudar os alunos a aprender e a pensar. *Psicologia escolar e educacional*, 6(2), 155-165.
- Almeida, L. S. (2003). *Bateria de Provas de Raciocínio*. Braga, Universidade do Minho: CIPsi.
- Almeida, L. S., Guisande, M. A., Soares, A. P., & Saavedra, L. (2006). Acesso e sucesso no ensino superior em Portugal: Questões de género, origem sócio-cultural e percurso académico dos alunos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 19(3), 507-514.
- Antunes, M. A. M. (2008). Psicologia Escolar e Educacional: História, compromissos e perspectivas. *Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional (ABRAPEE)*, 12(2), 469-475.
- Araújo, A. M., Taveira, M. C., & Lemos, M. S. (2004). Uma experiência de intervenção precoce no desenvolvimento vocacional em contexto pré-escolar. In M. C. Taveira, H. Coelho, H. Oliveira, & J. Leonardo (Org.), *Desenvolvimento vocacional ao longo da vida: Fundamentos, princípios e orientações* (pp. 197-210). Coimbra: Almedina.
- Bairrão, J. (1995). A perspetiva ecológica em Psicologia da Educação. *Psicologia, Contexto e Educação*, 1-30.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological review*, 84(2), 191.
- Baxter, J., & Frederickson, N. (2005). Every child matters: Can educational psychology contribute to radical reform? *Educational psychology in Practice*, 21(2), 87-102.
- Bento, A. (2007). *Efeitos das transições de ciclo e mudanças de escola: Perspectivas dos alunos do 5º ano (2º ciclo)*.
- Bhering, E., & Sarkis, A. (2009). Modelo bioecológico do desenvolvimento de Bronfenbrenner: implicações para as pesquisas na área da Educação Infantil. *Horizontes*, 27(2), 7-20
- Blustein, D. L. (2011). A relational theory of working. *Journal of Vocational Behavior*, 79 (1), 1-17.
- Boiko, V. A. T., & Zamberlan, M. A. T. (2001). A perspectiva sócio-construtivista na psicologia e na educação: o brincar na pré-escola. *Psicol. estud.[online]*, 6 (1), 51-58.

- Boruchovitch, E. (1999). Estratégias de aprendizagem e desempenho escolar: considerações para a prática educacional. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 12, 1-21.
- Callieri, B. (1999). “Appunti per una Psicopatologia della Reciprocità” in *Attualità in Psicologia. Trimestrale di Studi ed Esperienze in Psicologia, Psichiatria e Neuropsichiatria* 2, XIV, p.149-154; disponível em www.psycomedia.it
- Cameron, R., & Monsen, J. (2005). Quality pshychological advice for teachers, parents/carers and LEA decision-makers with respect to children and young people with special nedds. *Educational Psychology in Practice*, 21(4), 283-306.
- Campos, B. P. (1990a). Os psicólogos nas escolas. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, XXIV, 143-160.
- Campos, B. P. (1990b). O psicólogo e o desenvolvimento pessoal e social dos alunos. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 6, 833-95. Universidade do Porto (INIC): Porto.
- Cardoso, S. S. (2011). *Projetos futuros e atitudes vocacionais dos alunos do 9º ano de uma escola secundária de cabo verde*. Dissertação de mestrado em psicologia. Universidade de Lisboa.
- Carvalho, R.G. G. (2008). A dimensão relacional da intervenção dos serviços de Psicologia nas escolas. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 21(1), 119-124.
- Cleto, P. M., & Costa, M. E. (2000). A mobilização de recursos sociais e de *coping* para lidar com a transição de escola no início da adolescência. *Inovação*, 13(1), 69-88.
- Conti, de L., & Sperb, T. M. (2001). O brinquedo de pré-escolares: Um espaço de ressignificação cultural. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 17(1), pp. 59-67.
- COP. (1998). *Perfiles profesionales de psicólogo e psicología de la educación*. <http://www.cop.es/perfiles/contenido/educativa.htm> *acedido a 30/06/2015*.
- Correia, (1991). Auto-percepção e auto-estima em crianças com repetência no 1º ano do ensino. *Psicologia*, 1, 45-55.
- Correia, K. S., & Pinto, M. A. (2008). Stress, *coping* e adaptação na transição para o segundo ciclo de escolaridade: efeitos de um programa de intervenção. *Aletheia*, 27(1), 7-22.
- Correia, L. M. (2012). Problematisação das dificuldades de aprendizagem nas necessidades educativas especiais. *Análise psicológica*, 22(2), 369-376.
- Correia, L. M. (2013). *Inclusão e necessidades educativas especiais*. Um guia para educadores e professores. Porto: Porto Editora.

- Cruz, S. F. P. (2012). *Alunos com Necessidades Educativas Especiais. Dificuldades sentidas pelos professores de educação especial*. Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em Ciências da Educação: Escola Superior de Educação Almeida Garrett.
- Decreto- Lei nº 190/91, de 17 de maio de 1991. *Criação natureza e atribuições dos Serviços Psicologia e Orientação*. *Diário da Republica*, Ministério da Educação.
- Decreto- Lei nº 46/86, de 14 de outubro de 1986. Ministério da Educação nº 237. *Diário da Republica- I Serie*.
- Decreto- Lei nº 51/2012, de 5 de setembro de 2012. Estatuto do aluno. *Diário da Republica*, 1.^a série -N.º 172. Ministério da Educação e da Ciência.
- Decreto-Lei n.º 3/2008, de 7 de Janeiro de 2008 - Legislação sobre Apoios Educativos. *Diário da República*, 1.^a Série, n.º 4.
- Decreto-Lei n.º 300/97, de 31 de outubro de 1997. *Criação da carreira de psicólogo*. Ministério da Educação n.º 253. *Diário da República- I Série-A*.
- Decreto-Lei nº137/2012, de 2 de julho de 2012. Gestão e organização das escolas. *Diário da Republica*, 1º serie- Nº 126. Ministério da Educação e da Ciência.
- Del Prette, Z. A. P., Paiva, F., Martini, M. L., & Del Prette, A. (2005). Contribuições do referencial das habilidades sociais para uma abordagem sistêmica na compreensão do processo de ensino-aprendizagem. *Interações*, 10(20), 57-72.
- Despacho N. nº55/2008, de 23 de outubro de 2008. *Gabinete da Ministra*. Ministério da Educação. *Diário da República*, 2.^a série — N.º 206.
- Despacho Normativo nº20/2012, de 03 de outubro de 2012, Gabinete do Secretário de Estado do Ensino e da Administração Escolar. Ministro de Educação e Ciência. *Diário da República*, 2.^a série — N.º 192.
- Dessen, M. A., & Polonia, A. D. C. (2007). A família e a escola como contextos de desenvolvimento humano. *Paidéia*, 17(36), 21-32.
- Dias, M. G. F., & Fontaine, A. M. (2001). *Tarefas desenvolvimentais e bem-estar durante a adolescência*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Dweck, C. S. (1999). *Self-theories: their role in motivation, personality, and development*. Philadelphia, P.A.: Psychology Press.
- Epstein, J. L., & Sheldon, S. B. (2002). Present and accounted for: Improving student attendance through family and community involvement. *Journal of Educational Research*, 95, 308-318.

- Faria, L. (2008). *Motivação para a competência. O papel das concepções pessoais de inteligência no desempenho e no sucesso*. Porto: Livpsic, 1-95.
- Faria, L. (2013). Motivação para a competência, desempenho e sucesso: o que os futuros psicólogos devem saber e saber fazer. In P. Dias (Ed.), *Ensino da Psicologia: reflexões & prática* (pp. 71-93). Braga: Faculdade de Filosofia.
- Florez, I. R. (2011). Developing young children's self-regulation through everyday experiences. *Young Children*, 46-51. Retirado de <http://www.plr.hdsb.ca/FDK/self%20regulation.pdf>.
- Freitas, S. N. (2006). A formação de professores na educação inclusiva: construindo a base de todo o processo. In: Rodrigues, D. (2006). *Inclusão e Educação. Doze olhares sobre a educação inclusiva*. São Paulo: Summus editorial.
- Gaitas, S., & Morgado, J. (2010). Educação, diferença e psicologia. *Análise psicológica*, 28(2), 359-375.
- Koller, S. H., De Antoni, C., & Carpena, M. E. F. (2012). *Famílias de crianças em situação de vulnerabilidade social*. Psicologia de família, teoria, avaliação e intervenção. Porto Alegre: Artmed.
- Krebs, R. J., Copetti, F., Serpa, S., & Araújo, D. (2008). Disposições pessoais de tenistas jovens: um estudo fundamentado na teoria bioecológica de Bronfenbrenner. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, São Paulo, 2(2), 1-24.
- Krumboltz, J. D. (2009). The happenstance learning theory. *Journal of Career Assessment*, 17, 135-154.
- La Cruz, M. V. (2013). IPP-R – Interesses e Preferências Profissionais- Edição Revista.
- Lima I. & Freire, T. (2008). Contributos e Desafios da Psicologia Positiva para Intervenção do Psicólogo em Contexto Escolar. *Pessoas e Sintomas*, 6, 50 pp.
- Lopes, M. C. (2005). Transições e pontos críticos das trajetórias de escolaridade: estudo de caso em seis escolas secundárias da Grande Lisboa. *Revista Interações*, 1(1), 55-75.
- Macarini, S. M., Martins, G. F., Minetto, M. F. J., & Vierira, M. L. (2010). Práticas parentais: uma revisão da literatura brasileira. *Arquivo brasileiro psicologia*. 62(1), 119-134. Rio de Janeiro: Universidade Federal de Santa Catarina.
- Machado, J., Santos, F. D. C. P., & Silva, V. R. D. (2012). O Projeto Frei- Contributo para a avaliação de um projeto. *Revista Portuguesa de Investigação Educacional*, 11, 45-64.
- Maluf, M. R., & Cruces, A. V. V. C. (2008). Psicologia educacional na contemporaneidade. *Boletim Academia Paulista de Psicologia*, 1, 87-99.

- Martins, E., & Szymanski, H. (2004). A abordagem ecológica de Urie Bronfenbrenner em estudos com famílias. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 1(1), 63-77.
- Mendes, S. A., Abreu-Lima, I., & Almeida, L. S. (2015). Psicólogos escolares em Portugal: perfil e necessidades de formação. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 32(3), 405-416.
- Miranda, M. (2011). *A Agressividade em contexto pré-escolar*. Porto: Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti.
- Neves (2014). Necessidades Educativas Especiais: Manual de Apoio para Docentes. Instituto Politécnico de Leiria – SAPE.
- Oliveira, C.C. (2006). *Auto – regulação da aprendizagem*. Universitas. FACE: Brasília. 3(2), 1-15.
- Oliveira, J. (2005). *Psicologia da educação: Ensino/professor* (2º Vol.). Porto: Legis Editora.
- Paludo, S. S. L., Koller, S. H. (2007). Psicologia Positiva: uma nova abordagem para antigas questões. *Paidéia*, 17(36), 9-20.
- Papalia, D., Olds, S., & Feldman, R. (2007). *O mundo da criança*. Lisboa: McGraw-Hill.
- Peixoto, F. J. B. (2003). *Auto-estima, Auto-Conceito e dinâmicas relacionais em contexto escolar*. Tese de Doutoramento. Universidade do Minho. Braga.
- Pereira, C., Soares, L., Alves, D., Cruz, O., & Fernandez, M. (2014). Conhecer as emoções: a aplicação e avaliação de um programa de intervenção. *Estudos psicologia*, 19(2), 102-109.
- Plano Anual de Atividades (2014/2015). Agrupamento de Escolas de Maximinos. Braga.
- Plano Plurianual de Melhoria (2014/2018). Agrupamento de escolas de Maximinos. Braga.
- Pocinho, M.D., Correia, A., Carvalho, R.G., & Silva, C. (2010). Influência do género, da família e dos serviços de psicologia e orientação na tomada de decisão de carreira. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 11(2), 201-212.
- Rafael, M. (2005). Abordagens comportamentais da aprendizagem. Miranda, G. L., Bahia, S. (Orgs.). *Psicologia da educação: temas de desenvolvimento, aprendizagem e ensino*, (pp.121-140). Lisboa: Relógio d'Água Editores.
- Reid, R., & Lienemann, T. O. (2006). *Strategy Instruction for Students with Learning Disabilities*. The Guilford Press. New York.
- Reis, M. (2008). *A relação entre pais e professores: Uma construção de proximidade para uma escola de sucesso*. Tese de Doutoramento. Universidade de Málaga.
- Rosário, P., Mourão, R., Salgado, A., Rodrigues, A., Silva, C., Marques, C., Amorim, L., Machado, S., Núñez, J., González-Pienda, J., & Hernández-Pina, F. (2006). Trabalhar e

- estudar sob a lente dos processos e estratégias de auto-regulação da aprendizagem. *Psicologia, Educação e Cultura*, 10(1), 77-88.
- Santos, J. G., & Alves, J. M. (2000). O Jogo de Dominó como Contexto Interativo para a Construção de Conhecimento por Pré-Escolares. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 13(3), pp. 383-390.
- Savickas, M. L. (2012). Career construction theory and practice. *Career development and counseling: Putting theory and research to work*. (2nd Ed). (pp) New Jersey: John Wiley & Sons.
- Seco, G., Filipe, L., Pereira, P., & Alves, S. (2009). Formar para uma transição de sucesso: Intervenções do serviço de apoio ao estudante do instituto politécnico de Leiria. *Actas do X Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia*. Braga: Universidade do Minho.
- SICAD, & Saúde, M. (s.d). Manual “Eu e os Outros”. Linha Vida SOS :“Tu Alinhas?”
- Silva, A., & Marujo. H. (2005). Consulta psicológica em contexto escolar. In. M C. Taveira (Coord). *Psicologia Escolar: uma resposta científico- pedagógica* (pp.89-111). Coimbra: Quarteto.
- Silva, L. L., Noce, M. A., & Andrade, P.P. (2003). Interesses em adolescentes que procuram orientação profissional. *PSIC - Revista de Psicologia da Vetor Editora*, 4(2), 6-17.
- Silva, M. (2005). O projeto Educativo na escola: Contributos sociológicos e organizacionais para a compreensão do trabalho de profissionais diferenciados em contexto escolar. In M. C. Taveira (Coord). *Psicologia Escolar- Uma proposta científico- pedagógica*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Souza, M. P. R. (2009). Psicologia Escolar e educacional em busca de novas perspectivas. *Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional (ABRAPEE)*, 13(1), 179-182.
- Taveira, M. C. (2004). Exploração e desenvolvimento vocacional na adolescência: Contributos para uma abordagem sistemática e colaborativa. *Psicologia e Educação*, 3(1), 109-120.
- Taveira, M. C. (2005). Comportamento e desenvolvimento vocacional na adolescência. In M.C. Taveira (Coord.). *Psicologia Escolar: Uma proposta científico-pedagógica* (pp.143-177). Coimbra: Quarteto.
- Teixeira, M. O., & Calado, I. (2010). Avaliação de um programa de educação para a carreira: um projeto de natureza exploratória. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 2, 213-218.

- Torres, M. V., & Cruz, J. A. (2006). Definición, campos y proceso histórico de la psicología de la educación y del desarrollo. In M. V. Torres & J. A. Cruz (Cords.). *Psicología de la educación y del desarrollo en contextos escolares* (pp.25-51). Madrid: Ediciones Pirámide.
- Trivellato-Ferreira, C., & Marturano, E. M. (2008). Recursos da criança, da família e da escola predizem competência na transição da 1ª série. *Interamerican Journal of Psychology*, 42(3), 549-558.
- UNESCO (1994). Declaração de Salamanca sobre princípios, políticas e práticas na área das necessidades educativas especiais. *Conferência Mundial de Educação Especial*. Salamanca, Espanha.
- Wechsler, D. (2003). *WISC-III –Escala de Inteligência de Wechsler* para crianças (3ª edição). Coimbra: CEGOC-TEA.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2011). *Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance*. New York: Routledge.

ANEXOS

Anexo 1 - Localização e níveis socioeconómicos da população

Anexo 1 - Caracterização geográfica e Socioeconómica da Instituição

o

O Agrupamento de Escolas de Maximinos (AE Maximinos) foi constituído, por decisão da tutela, em 1 de agosto de 2010, a partir da junção das escolas pertencentes ao Agrupamento Vertical de Escolas Oeste da Colina (AVEOC) e da Escola Secundária de Maximinos (ESMAX). O AVEOC tinha sido formado a 31 de julho de 2000 e englobava escolas enquadradas num raio de aproximadamente 3 km da escola sede do Agrupamento, a EB 2/3 Frei Caetano Brandão, facilitando a articulação entre as mesmas e a transição dos alunos entre os diferentes estabelecimentos de ensino, tendo este sido extinto no dia 31 de julho de 2010.

O agora AE Maximinos fica sediado na Escola Secundária de Maximinos, na Avenida Colégio Órfãos S. Caetano, na freguesia de Maximinos da cidade de Braga. Engloba, maioritariamente, alunos das freguesias de Maximinos, Sé e Cividade, Ferreiros e Gondizalves, Real, Dume e Semelhe. Recebe ainda alunos de outras freguesias vizinhas e de outros concelhos. O AE Maximinos abarca atualmente diversas instituições de ensino, das quais: (1) Escola Básica 1º ciclo e Jardim de Infância (EB1/JI) do Centro Escolar de Gondizalves, situada em Gondizalves; (2) Escola Básica 1º ciclo/infância (EB1/JI) de Estrada, em Estrada; (3) Centro Escolar da Naia (EB1/JI); (4) Escola Básica 1º ciclo (EB1) da Gandra, estas situadas em Ferreiros; (5) Centro Escolar de Maximinos, (6) Escola Básica 2/3 (EB2/3) Frei Caetano Brandão e a (7) Escola Secundária de Maximinos, estando estas últimas três situadas em Maximinos.

O Agrupamento situa-se na zona Oeste/Sudoeste da cidade de Braga sendo uma área com predominância geográfica urbana, como é o caso das Freguesias de Ferreiros e Maximinos, as quais se situam numa faixa de território considerado mais problemático, mas também inclui uma parte de regiões periféricas mais semiurbanas ou rurais, como Gondizalves. Neste perímetro geográfico encontram-se ainda algumas zonas mais degradadas e habitadas por famílias de menor condição financeira e com baixos recursos, como é o caso do Lugar do Penedo, do Monte de S. Gregório e do Bairro Social da Ponte dos Falcões, sendo que, estes últimos são conhecidos pela elevada densidade populacional de famílias de etnia cigana.

De facto, a população de abrangência do AE Maximinos, pode ser caracterizada globalmente por grandes carências económicas tendo como um dos principais problemas a elevada taxa de desemprego. Esta realidade encontra-se por

sua vez associada a situações de precariedade económica cujas consequências ao nível do desempenho e rendimento escolar são evidentes, existindo situações de alunos que não possuem condições suficientes sequer para adquirir os materiais necessários ao normal desenvolvimento do processo de aprendizagem. Tal facto, contribui de sobremaneira para o elevado número de alunos que usufruem do apoio dos serviços de Ação Social e que, segundo os últimos dados disponíveis no Plano Plurianual de Melhoria (2014/2018), se cifra em cerca de 50% da população estudantil pertencente ao Agrupamento. Refira-se ainda que o AE Maximinos acolhe um número considerável de alunos que se encontram institucionalizados no Colégio dos Órfãos de S. Caetano sito na Freguesia de Maximinos portanto no raio de abrangência do Agrupamento.

Em termos de sucesso escolar, a instituição possui uma taxa considerável de insucesso devido, também em parte, a um crescente número de alunos imigrantes, com maiores dificuldades nomeadamente ao nível do domínio da língua portuguesa. De entre estes alunos de nacionalidade estrangeira são 44 alunos e com dupla nacionalidade são 79 alunos, que perfazem um número considerável, cerca de 4,9%. Existe uma grande diversidade de etnias e nacionalidade, sendo predominantemente, ciganos (62 alunos), romenos (23 alunos), ucranianos (6 alunos), brasileiros (4 alunos), alemães (3 alemães) e de Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa (PALOPS) (3 alemães). Salienta-se que as crianças de etnia cigana encontravam-se distribuídos, no ano letivo 2014/2015, pelos seguintes ciclos de formação: Pré-Escolar, 21 no 1º ciclo, 19 no 2º ciclo e 9 no 3º ciclo. Frise-se que os considerados mais problemáticos em relação a taxas de absentismo e abandono escolar são os alunos romenos e de etnia cigana, em certa medida devido à mobilidade que lhes é característica (ora vêm ora vão) o que cria constrangimentos e perda de motivação e dificuldades diversas inerentes ao processo de ensino-aprendizagem. Outra causa apontada no insucesso dos alunos está relacionada com facto de as turmas serem bastante dissemelhantes e de haver um elevado número de alunos por turma, mesmo nas que têm alunos com Necessidades Educativas Especiais (NEE).

Algumas destas problemáticas, como o elevado absentismo, estão bastantes presentes e registam-se desde muito cedo no Agrupamento, registando-se, de forma significativa, inclusive desde o ensino pré-escolar e que culminam por diversas ocasiões em casos de efetivo abandono escolar. Ainda quanto às causas das dificuldades de aprendizagem escolar, num exercício meramente especulativo, pode-

se eventualmente considerar que o contexto socioeconómico envolvente com características que o tornam maioritariamente num meio muito desfavorecido e pobre nas práticas parentais, tem reflexo na aprendizagem, causando mal-estar ao nível emocional das crianças, que apresentam de uma forma global muitas limitações de linguagem, comunicação, perceção, entre outras, levando a que estas, não estejam ao nível do desenvolvimento espetável para as suas idades.

Também no que se refere às habilitações académicas dos pais dos alunos do AE Maximinos, conforme exposto no Plano Plurianual de Melhoria (2014/2018) estes, são mais desfavoráveis do que a média do concelho, uma vez que 0,4% dos pais não possuem o 1º ciclo, 16% possuem o 1º ciclo, 25% concluíram o 2º ciclo, 26% tem o 3º ciclo, e com o ensino secundário situam-se 23%. Já com bacharelato ou licenciatura 9% e com mestrado ou doutoramento têm 46 pais (1,3%), alguns destes últimos com mais formação são Professores no AE Maximinos. Em matéria de emprego dos pais, 20% ou estão desempregados ou são domésticas(os) e 10% trabalham por conta própria. Outros, mais precisamente 70% trabalham por conta de outrem, maioritariamente em atividades relacionadas com operacionais e técnicas na indústria, pequeno comércio e serviços. Estes dados demonstram que as famílias detêm maioritariamente qualificações reduzidas, à exceção de uma franja muito limitada de pais que apresentam formação de nível superior (cerca de 10%). No respetivo plano, é ainda mencionada a desvantagem de as famílias, por norma, não participarem em atividades ou projetos, sendo o nível de envolvimento família-escola ainda muito residual, havendo por isso necessidade de implementar políticas que visem uma efetiva aproximação das famílias à escola.

Anexo 2 - Situação académica e profissional dos pais dos alunos do AE

Maximinos

Anexo 2 - Situação académica e profissional dos pais dos alunos do AE Maximinos

Habilitações Académicas dos Pais						
Não possuem 1º ciclo	Possuem 1º ciclo	Possuem o 2º ciclo	Possuem o 3º ciclo	Possuem o Ensino Secundário	Possuem bacharelato ou licenciatura	Possuem Mestrado ou Doutoramento
4%	16%	25%	26%	23%	9%	1,3%

Situação Profissional Pais			
Desempregados e/ou domésticos	Trabalham por conta de outrem (operacionais e técnicos de industria, pequeno comercio e serviços	Trabalham por conta própria	Outras atividades profissionais
20%	66,7%	10%	3,3 %

Anexo 3 - Programas TEIP

Anexo 3 - Programa dos Territórios Educativos de Intervenção Prioritária (TEIP)

Com o Despacho Normativo nº 55/2008, de 23 de outubro (Despacho nº55/2008, 2008) do Ministério da Educação, as escolas ou Agrupamentos escolares que continham um elevado número de alunos em risco de exclusão social foram convidadas a aderir a um programa específico, denominado de programa dos Territórios Educativos de Intervenção Prioritária (TEIP). As escolas foram identificadas a partir de indicadores de resultados do sistema educativo e através dos indicadores sociais dos territórios onde estão inseridos. Este programa visava estimular, por parte das comunidades educativas mais atingidas pelos diversos problemas escolares a apropriação de instrumentos e recursos que lhes possibilitassem congregar esforços, nas escolas e contextos abrangentes, e condições que aumentassem o sucesso educativo e escolar dos alunos (Machado, Santos, & Silva, 2012).

No projeto TEIP, em 1996 foram enfatizadas as variáveis contextuais e a dimensão territorial, e tinha como objetivo, por ordem do despacho n.º 147-B/ME/96 de 8 de julho, a promoção do sucesso educativo e da promoção da igualdade de acesso ao ensino da população escolar do ensino básico. Na perspetiva do Ministério da Educação (2005, cit. in Portaria, 2005), o Programa de Territórios Educativos de Intervenção Prioritária de 2ª geração (TEIP2), possibilitava às escolas e Agrupamentos abrangidos o acesso a um conjunto de medidas que seriam adotadas como mecanismos de apoio a populações mais desfavorecidas, servindo assim de resposta às necessidades específicas de toda a comunidade educativa. Entre estas medidas encontravam-se “a escola a tempo inteiro”, a possibilidade de acesso à educação especial, a diversificação da oferta educativa e formativa, bem como todos os restantes apoios educativos previstos no Despacho Normativo n.º 50/2005, de 20 de Outubro (Portaria, 2005).

Em 2009, o então denominado AVEOC foi considerado pelo Ministério da Educação TEIP por estar inserido neste género de território foi contemplado com a adesão ao Projeto TEIP2 (Território de Intervenção Prioritária de 2ª geração) em conformidade com o despacho nº 8065/2009 de 13 de março, que reconhece que o contexto social em que as escolas se inserem pode constituir-se como fator potenciador de risco de insucesso no sistema educativo normal. Este despacho fazia ainda alusão ao facto dos territórios vítimas de alguma degradação social e económica

terem implicações no sucesso educativo quando comparado à realidade social a nível nacional, salientando a violência, a indisciplina, o abandono, o insucesso escolar e o trabalho infantil como exemplos dessa mesma degradação.

A adesão ao Projeto TEIP2, foi concretizada em 2009 através do *Projeto FREI – Fidelizar Recursos para Esbater o Insucesso* tendo posteriormente, por decisão interna, transitado e continuado através do AE Maximinos, com a união do AVEOC e a Escola Secundária de Maximinos, embora que o projeto *FREI* não alarga a sua ação a esta última (Machado, Santos, & Silva, 2012).

Em termos organizacionais, a responsável pelo projeto *Frei* é a Dra. Teresa Alves que ocupa atualmente o cargo de Vice-Diretora do Agrupamento, seguindo-se a Dra. Fernanda Barroso com o cargo de coordenadora, o Professor João Pereira com assume as funções de responsável pela Ação GMOE, a Dra. Sónia Dias que exerce funções de Psicóloga/chefe de equipa do GMOE, e por último a técnica de serviço social Dra. Neusa Silva.

O Projeto *FREI* tem na base um contrato-programa celebrado com o Ministério da Educação através da Direção Regional de Educação do Norte e visa seguir cinco objetivos durante a sua duração, entre 2009-2011, embora ainda permaneça em vigor, ao nível do seu Projeto TEIP2, sendo estes: (a) a redução das taxas de insucesso dos alunos; (b) a diminuição das taxas de absentismo e abandono escolar e consequente promoção do sucesso educativo dos alunos; (c) o aumento do nível de qualificação das famílias; (d) a promoção de uma cidadania ativa a partir da interação com a comunidade; (e) a diminuição dos níveis de indisciplina nas escolas; (f) o modelo da organização interna; e (g) o melhoramento da qualidade dos espaços escolares (Agrupamento de Escolas de Maximinos, 2012).

No âmbito deste Projeto *FREI*, incluem-se atividades e estratégias ao nível organizacional, com medidas de organização de equipas educativas de ano, flexibilização de horários dos alunos ou mediante sistemas de tutorias individualizadas; ao nível curricular, com a diversificação da oferta educativa, implementação de medidas de discriminação positiva como desporto adaptado a alunos invisuais ou através de apoios educativos; e ao nível comunitário, onde se procurava envolver toda a comunidade educativa no processo de aprendizagem, nomeadamente através de animação sociocultural e outras parcerias locais estabelecidas com o AE Maximinos (Machado, Santos, & Silva, 2012).

O Programa TEIP2 permitiu ao Agrupamento obter meios financeiros próprios através do Programa Operacional Potencial Humano (POPH) e aumentar os recursos humanos através da contratação de mais docentes e a criação do Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE), anteriormente composto por uma equipa multidisciplinar, mas que atualmente se cinge a dois elementos, uma Psicóloga e uma Técnica de Serviço Social, que articulam o trabalho entre si de modo a prestar um serviço que possa abarcar o máximo de áreas educativas, com particular atenção para as situações sinalizadas de risco no Agrupamento. No âmbito das atividades promovidas pelo GMOE encontram-se as ações de formação para Professores, assistentes profissionais e, com a colaboração dos técnicos de Educação Especial do Agrupamento, ações focalizadas para os alunos com NEE.

Contudo o AE Maximinos contratualizou um novo Plano de Melhoria para a instituição, no âmbito do Programa de Territorialização de Políticas Educativas de Intervenção Prioritária, 3ª geração (TEIP3), este alargado a mais Agrupamentos de Escolas, num total de 137, distribuídos pelas 5 Direções Regionais de Educação do país, Algarve, Alentejo, Lisboa e Vale do Tejo, Centro e Norte. Tendo sido criado pelo Despacho Normativo nº20/2012 do Ministro de Educação, de 03 de outubro de 2012, surgindo na sequência do Programa TEIP2 que objetiva sobretudo: (a) melhorar a qualidade das aprendizagens traduzida no sucesso educativo dos alunos; (b) combater a indisciplina, o abandono escolar precoce e o absentismo; (c) criar condições para a orientação educativa e a transição qualificada da escola para a vida ativa; e (d) promover a articulação entre a escola, os parceiros sociais e as instituições de formação presentes no território educativo (Plano Anual de Atividades, 2014/2015).

Referências Bibliográficas

Despacho N. 147-B/ME/96 de 8 de julho. *Gabinete do Ministro*. Ministério da Educação. *Diário da República*, 2.ª série — N.º 177.

Despacho N. nº55/2008, de 23 de outubro. *Gabinete da Ministra*. Ministério da Educação. *Diário da República*, 2.ª série — N.º 206.

Despacho N. nº 8065/2009 de 13 de março. *Gabinete da Ministra*. Ministério da Educação. *Diário da República*, 2.ª série — N.º 56.

Machado, J., Santos, F. D. C. P., & Silva, V. R. D. (2012). O Projeto Frei- Contributo para a avaliação de um projeto. *Revista Portuguesa de Investigação Educacional*, 11, 45-64.

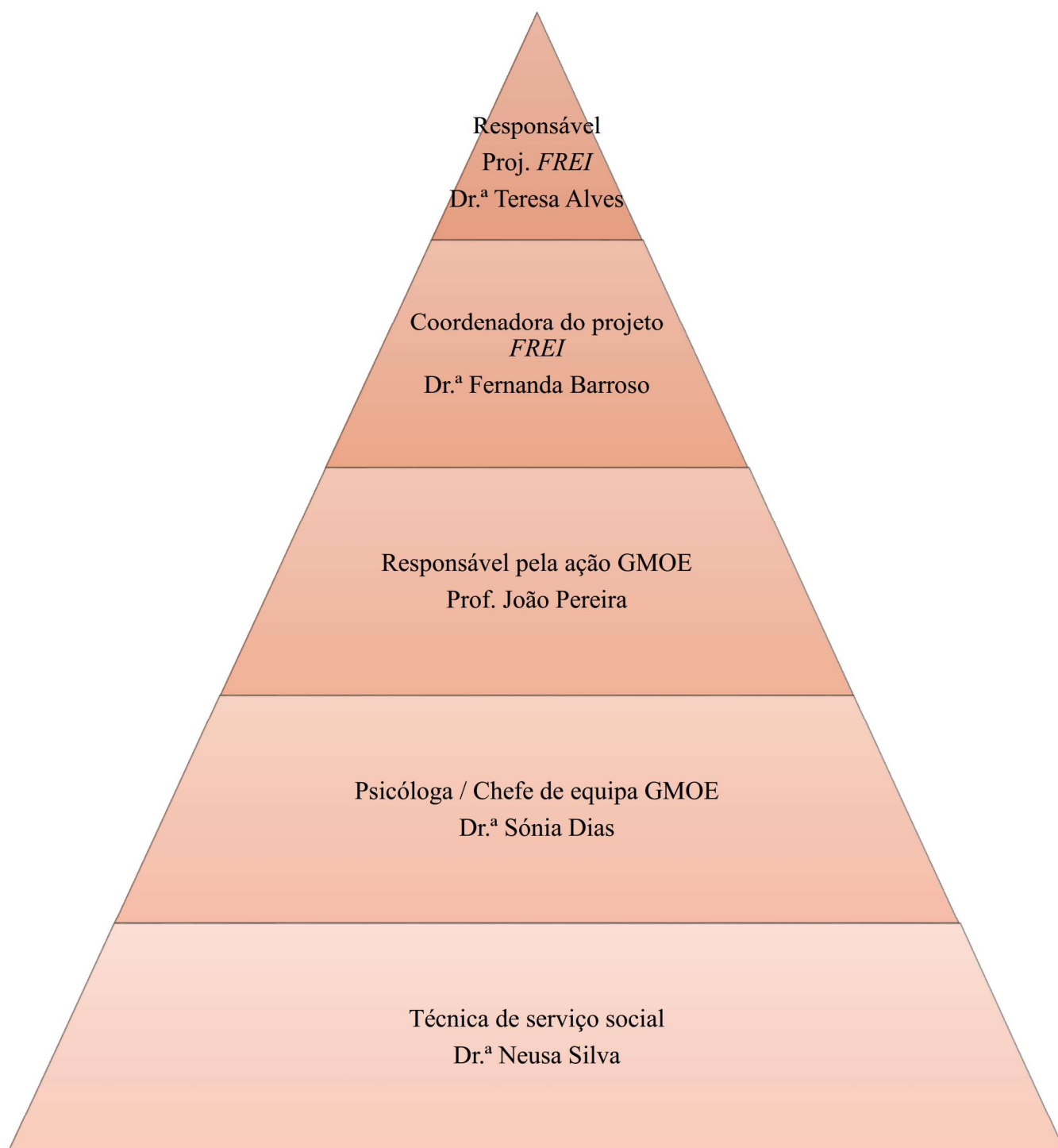
Agrupamento de Escolas de Maximinos (2012). *Contrato de Autonomia*. Ministério da Educação e Ciência.

Plano Anual de Atividades, (2014/2015). Agrupamento de escolas de Maximinos.

Portaria Nº. 1152/2005, de 9 de novembro. *Diário da Republica. I Série-B* 6461. Ministério do trabalho e da Solidariedade Social.

Anexo 4- Organograma dos responsáveis pelo Projeto FREI

Anexo 4 - Organograma dos responsáveis pelo Projeto FREI



Anexo 5 - Estrutura Organizacional

Anexo 5 - Estrutura Organizacional do AE Maximinos

Ao Conselho Geral, compete a direção estratégica das suas escolas e é responsável pela definição das linhas de orientação de todo o Agrupamento, tendo como grande objetivo assegurar a participação, envolvimento e representação de toda a comunidade educativa. Da sua constituição fazem parte 21 elementos dos quais 7 docentes, 2 representantes do pessoal não docente, 4 representantes de pais e encarregados de educação, 2 representantes dos alunos do ensino secundário, 3 representantes do município bracarense e 3 representantes da comunidade local.

MEMBROS DO CONSELHO GERAL

Docentes	Carlos Manuel de Araújo Gonçalves
	António Carlindo Vieira de Carvalho
	Célia Rosa Ramos de Sousa
	Cristina Maria Ferreira Flores Sousa Gandra
	Fernanda do Céu Pinto Santos
	Júlio Amândio Lemos Peixoto de Brito
	Vitor Manuel Salgado Vaz
Alunos	Adriana Pinheiro Oliveira
	Diogo Francisco A. L. Costa
Pessoal não docente	Maria Teresa Coelho Araújo
	Henrique Fernandes Moreira
Encarregados de educação	Ana Paula Gomes Rodrigues
	António João Ferreira Silva
	Silvia Clara Laurido Silva
	Filipe Marques
Município	João Manuel Faria da Costa (UF de Ferreiros e Gondizalves)
	José Lopes Oliveira (UF de Maximinos, Sé e Cividade)
	Maria Isabel M. Mexia Monteiro da Rocha (Câmara Municipal)
Comunidade	José António Brandão S. Carvalho (Universidade do Minho)
	Maria Ester Taveira (CPCJ)
	Paulo Nuno Meneses Monteiro (Correio do Minho)
Diretor	António Domingos da Silva Pereira

O Diretor, eleito pelo Conselho Geral, cujo cargo é desempenhado atualmente pelo Dr. António Domingos Silva Pereira, administra e gere o Agrupamento nas áreas pedagógica, cultural, administrativa, financeira e patrimonial. Da Direção fazem ainda parte a Subdiretora e os Adjuntos, conforme consta do seguinte quadro:

Diretor:	Dr. António Domingos Silva Pereira
Subdiretora:	Dra. Teresa Paula Lopes Alves
Adjuntos:	Dra. Maria João de Sousa Faria Dr. João Loureiro Beleza Dr. José Carlos Perestrelo Ferros

Relativamente ao Conselho Pedagógico, trata-se de um órgão a quem compete a coordenação e supervisão pedagógica, especialmente no que refere ao domínio pedagógico-educativo, à orientação e acompanhamento dos seus alunos e do pessoal docente, neste caso ao nível da formação inicial e contínua de Professores. É o órgão responsável pela elaboração do projeto educativo do Agrupamento e pela aprovação dos projetos educativos individuais dos alunos com necessidades educativas especiais.

Atualmente a sua constituição é a presente o quadro seguinte.

Presidente		António Domingos Silva Pereira
Coordenadores dos Departamentos Curriculares	Educação Pré-Escolar	Maria Teresa Pinto Teixeira das Neves Costa Azevedo
	1º Ciclo Ensino Básico	Graça Maria Moreira de Barros Lourenço
	Línguas	Maria do Carmo da Silva Barros Rodrigues dos Santos
	Ciências Sociais e Humanas	Fernanda Augusta S. B. Guimarães Gomes
	Matemática e Ciências Experimentais	Maria Teresa Barbosa Teixeira
	Expressões	Virgílio Rego da Silva
	Educação Especial	João Rodrigues Pereira
Representante Coordenadores de ano do 1º Ciclo		Ana Maria Matos

Anexo 6- Recursos Humanos AE Maximinos

Anexo 6 - Recursos Humanos do AE Maximinos

Relativamente aos Recursos Humanos do AE Maximinos, contabilizam-se um total de 163 docentes, sendo que cerca de 47,24 % têm mais de 50 anos de idade e cerca de 82,21% leciona há pelo menos 5 anos no Agrupamento, 80,37% têm mais de 16 anos de serviço, o que significa que existe uma estabilidade considerável no corpo docente. Cerca de 68,71% dos Professores são licenciados e apenas 11,66% são detentores do grau de mestre. A sua distribuição por grupo de docência é a seguinte:

350		1				1		1			1				1				
400		1		6	2	5		1	1	5	6		1	1	1	4	1		7
410				3	2	1				3	3			2	1			1	2
420		1	1	2		4		1	1	2	3		1	1	1	2		2	1
430				1		1				1	1				1			1	
500		1	4	6	5	6		1	3	7	10		1	1	2	5	3	9	1
510		4	3	1	2	6		4	3	1	6		2	2	5	1		5	
520			3	4	1	6			1	6	7			1		3	3	7	
530				1		1				1	1			1				1	
550		1	3	1	3	2		1	4		5			1	3	1		1	2
600				3	1	2					3	3				2	1	3	
620		1	6	2	6	3			6	3	9				4	4	1	6	
910		2	1	3	4	2		1	2	3	5		1	3	3				4
930		2	1	1	1	3		1	1	1	1	2		2	2				4
TOTAL		31	55	77	41	122	3	29	43	88	138	8	17	29	69	46	19	5	112

Existem 72 elementos na faixa correspondente a pessoal não docente, entre os quais consta uma Assistente Social, uma Psicóloga, 9 Técnicos e ainda, 62 Auxiliares de Apoio Educativo, Técnicos Especializados e Assistentes Operacionais, maioritariamente do sexo feminino e com idades superiores a 30 anos, o que se repercute no respetivo tempo de serviço, sendo que 70% exerce funções há mais de 5 anos, conforme se pode constatar no quadro seguinte:

	Idade (anos)				Sexo		Tempo serviço (anos)				Situação profissional		Habilitação académica					Antiguidade no AE (anos)			
	Até 30	31 a 40	41 a 50	+ 50	M	F	Até 7	7 a 15	16 a 25	+ de 25	Quadro	Outros	4º ano	6º ano	9º ano	12º ano	Curso Superior	Até 5	6 a 15	16 a 25	+ de 25
Assistentes																					
Técnicos		1	3	6	2	8		1	4	5	10					9	1	1	4	4	1
Operacionais	1	13	18	30	13	49	11	11	24	16	57	5	6	9	17	28	2	11	14	25	12
Total	1	14	21	36	15	57	11	12	28	21	67	5	6	9	17	37	3	12	18	29	13

Anexo 7- Distribuição do número de alunos do AE Maximinos

Anexo 7 - Distribuição do número de alunos do AE Maximinos

O AE Maximinos no ano letivo 2014/2015 continha o total de 1787 alunos (Anexo, 10), distribuídos pelas sete escolas (E.S. de Maximinos, EB 23 Frei Caetano Brandão, C.E. Maximinos, C.E. Naia, EB1/JI de Estrada, EB1 da Gandra e EB de Gondizalves). Esta distribuição reparte-se por 161 alunos no ensino pré-escolar, 620 alunos no 1º ciclo, 319 alunos no 2º ciclo, 503 alunos no 3º ciclo e 184 alunos no ensino secundário. No seguinte quadro é possível verificar a distribuição dos alunos pelas várias escolas que compõem o AE Maximinos:

ESCOLAS	ALUNOS DO AGRUPAMENTO DE ESCOLA DE MAXIMINOS													
	PE	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º	Total
ESC SEC DE MAXIMINOS								84	56	77	75	48	61	401
EB 23 FREI CAETANO BRANDÃO						148	171	116	87	83				605
CENTRO ESCOLAR DE MAXIMINOS	39	40	26	21	32									158
CENTRO ESCOLAR DA NAIA	43	20	47	44	50									204
EB1/JI DE ESTRADA	43	30	20	44	20									157
EB1 DA GANDRA		26	27	38	40									131
EB1/JI DE GONDIZALVES	36	25	35	23	12									131
TOTAL	161	141	155	170	154	148	171	200	143	160	75	48	61	1787
TOTAL POR CICLOS	161	620				319		503			184			1787

Importa salientar que deste total de alunos, existem 98 alunos referenciados com NEE dos quais 14 são cegos. Do seguinte quadro consta a distribuição dos alunos que foram referenciados com NEE:

Alunos referenciados	
Cegueira	14
Outras deficiências	84
Total casos NEE	98

Anexo 8- Projetos e parcerias do AE Maximinos

Anexo 8 - Projetos e parcerias do AE Maximinos

Para além da oferta formativa, o AE Maximinos conta ainda com diversos projetos de desenvolvimento educativo com diferentes destinatários, voltados para os alunos e famílias em geral, entre os quais se encontra a Estação Meteorologia/ENEAS, o Gabinete do traje e o projeto “aprender e inovar com as Tecnologias da Informação e Comunicação” (TIC). Disponível apenas para os alunos do 2º ciclo do ensino básico existe o Clube dos pequenos artesãos, a Companhia da Música e o Clube de teatro EB 2/3 Frei Caetano Brandão.

Existe ainda o Projeto a Imagem da Matemática, que este ano decorreu na sua 8ª edição, sendo um concurso que consiste na procura/captação de imagens, reveladoras da presença permanente da Matemática. Este concurso destina-se a todos os alunos do 7º ao 12º ano do AE Maximinos. Também há o Projeto 11CNJM que objetiva a participação dos alunos no Campeonato Nacional de Jogos Matemáticos, por nível de ensino e que neste ano letivo 2014/2015 realizou o seu 11º concurso.

Um projeto igualmente relevante é o projeto MaxiCiência, sendo um clube de ciências funciona na Escola Secundária de Maximinos, onde o aluno pode concorrer ao problema do mês, ou participar nas Olimpíadas da Física e da Química, bem como, realizar atividades lúdico-educativas no clube.

Segue-se o projeto Clube Robótica, que pretende promover e valorizar um conjunto alargado de qualidades e competências dos seus alunos, das quais se destacam as seguintes: o gosto pela ciência e pela tecnologia; a capacidade de iniciativa e o empreendedorismo; a autonomia e o trabalho em equipa.

O agrupamento possui ainda uma revista própria denominada “O Andarilho”. Conta igualmente com o projeto Erasmus +, o Programa internacional Eco-Escolas e o Clube Europeu. Tem o Projeto FC (10ª edição) destinado a alunos do 7º, 8º e/ou 9º ano de escolaridade que visa proporcionar momentos de mistério que os alunos podem desvendar (com ou sem ajuda) em casa, no corredor, no jardim, por exemplo, enquanto jogam à bola ou passeiam de bicicleta. E por fim, ainda existe o Projeto Rádio, na Escola EB2/3 Frei Caetano e na Escola Secundária de Maximinos, que visa através dos próprios alunos, animar os intervalos das aulas e divulgar informações pertinentes aos alunos. No desporto escolar que inclui as modalidades de Voleibol e Andebol, Orientação, *Boccia*, Natação e *Goalball*, conforme se pode verificar no quadro seguinte:

Anexo 9 - Caraterização do Serviço de Psicologia e GMOE

Anexo 9 - Caraterização do Serviço de Psicologia e GMOE do AE Maximinos

O GMOE foi criado no âmbito do Projeto Educativo da Escola, “Do Conhecimento à Cidadania Ativa”, surgindo assim a necessidade de ser contratada uma Psicóloga, inicialmente a tempo parcial mas passou posteriormente a tempo integral, dadas as necessidades permanentes do Agrupamento.

O Gabinete articula em parceria com os serviços de Apoio Educativo e Educação Especial do Agrupamento. Atualmente, a Psicóloga exerce funções de Psicóloga e coordenadora do GMOE, contudo numa situação incerta, com contrato a termo resolutivo certo com possíveis renovações de periodicidade anual. Para além da Psicóloga, existe ainda um pequeno grupo de estagiárias do Mestrado de Psicologia da Educação da Universidade Católica de Braga, constituída por duas no ano transato e no respetivo ano por três elementos, que colaboram nesta equipa, a qual todos os anos tende a receber novas estagiárias. A colaboração destas no Gabinete apresenta-se como um aspeto vantajoso para a Psicóloga, já que há uma troca constante de conhecimentos e de experiências, diferentes formas de intervenção e a possibilidade de ajudar a colmatar algumas dificuldades na instituição. O Projeto de equipa é designado por Trabalho Educativo de Intervenção Articulada (TEIA), que visa o desenvolvimento de um trabalho de equipa, pela união das diferentes, mas complementares áreas de formação técnica e profissional, com o objetivo principal de melhor e mais ajustadamente responder às situações-problema apresentados pelos alunos e famílias deste território educativo, promovendo a articulação entre recursos institucionais internos e/ou recursos e parcerias externas, contribuindo, desta forma, para a concretização dos objetivos que o Projeto TEIP3-FREI se propõe alcançar.

Segundo o Regulamento Interno do AE Maximinos (Agrupamento Escolas de Maximinos, 2014), os objetivos e competências do serviço de psicologia assentam na premissa da construção de uma escola inclusiva. Assim, em colaboração e articulação com a técnica de serviço social – equipa de Gabinete de Mediação e Orientação Escolar, GMOE, é de sua responsabilidade a:

- a) Avaliação e acompanhamento/intervenção conjunta de situações de alunos e respetivas famílias;
- b) Colaboração ativa com a equipa de Educação Especial no apoio aos alunos e respetivas famílias;

Anexo 10 - Guiões das entrevistas realizadas para levantamento de necessidades

Anexo 10 - Guiões das entrevistas realizadas para levantamento de necessidades

Guião de entrevista à Assistente Social

Com o objetivo de conhecermos/compreendermos melhor o trabalho desempenhado pela Dra. Neusa, bem como as reais necessidades e características da população do Agrupamento de Escolas de Maximinos, gostaríamos de lhe colocar algumas questões.

Desde já agradecemos toda a sua disponibilidade.

1. Há quanto tempo integra a equipa do GMOE?
2. Exatamente, que funções desempenha no agrupamento?
3. Quais são as áreas nas quais intervém diretamente?
4. Que áreas considera mais urgentes ao nível da intervenção, no âmbito da psicologia educacional? Em que anos? Qual é o nível de incidência?
5. Considera pertinente algum tipo de intervenção com a população de etnia cigana?
6. Para finalizar a nossa entrevista, em relação às necessidades/dificuldades, gostaria de acrescentar algo pertinente que não tenha sido abordado e ache relevante?

Muito obrigada pela sua colaboração

Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo

Guião de entrevista ao Chefe Funcionários

Com o objetivo de recolhermos algumas informações sobre as necessidades mais urgentes das escolas do agrupamento, gostaríamos de lhe fazer algumas questões. Serão questões simples e breves mas que consideramos importantes sendo que os agentes operativos são fundamentais para o bom ambiente escolar.

Desde logo, agradecemos toda a sua disponibilidade em nos ajudar, questionando também os seus colegas sobre eventuais dificuldades sentidas cá na escola, para obtermos ainda mais informação.

1. Quais são as necessidades, ao nível dos funcionários, que sente como mais urgentes?
2. E no que se refere aos alunos com NEE (necessidades educativas especiais), sentem alguma dificuldade?
3. Pode concretizar melhor as necessidades que efetivamente sente?
4. Para finalizar a nossa entrevista, em relação às necessidades/dificuldades, gostaria de acrescentar algo que seja pertinente que ainda não tenha sido abordado e ache relevante?

Muito obrigada pela sua colaboração,

Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo

Guião entrevista Educadora Infância

Sendo que o principal objetivo do Projeto Frei para o próximo ano passa pela intervenção logo no pré-escolar, gostaríamos de lhe colocar algumas questões para percebermos quais as necessidades mais urgentes, sentidas pelas educadoras no pré-escolar. Desde já agradecemos toda a sua disponibilidade.

1. Há quanto tempo trabalha neste Jardim Infância?
2. Como as crianças costumam adaptar-se ao pré-escolar?
3. Como vê a influência da participação dos encarregados educação/pais a nível do pré-escolar?
4. Que tipo de temáticas aborda com os alunos no pré-escolar?
5. Quais e que tipo de atividades costuma realizar com eles?
6. Na sua opinião, que tipo de atividades os alunos gostam mais de realizar?
7. Quanto à faixa etária dos alunos, como é feita a divisão dos mesmos dentro da sala?
8. Na sua sala, existe algum aluno com algum tipo de dificuldade específica que considere necessário intervir?
9. Nos últimos anos, quais pensa que têm sido as áreas onde menos se têm vindo a intervir? Poderia dar-nos alguns exemplos?
10. Gostaríamos de perceber, ao nível do pré-escolar, quais são as necessidades e/ou dificuldades que sente que carecem de intervenção, no âmbito da psicologia educacional.
11. Para finalizar a nossa entrevista, em relação às necessidades/dificuldades, gostaria de acrescentar algo que não tenha sido abordado e ache relevante?

Muito obrigada pela sua colaboração,

Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo

Guião entrevista Professora

Com o objetivo de realizar o levantamento de necessidades para uma melhor e mais eficaz intervenção do gabinete GMOE, nomeadamente do serviço de psicologia, gostaríamos de lhe fazer algumas questões para percebermos quais as maiores fragilidades que os professores sentem e nas quais poderemos ajudar.

Desde já agradecemos toda a sua disponibilidade!

1. Qual é a sua área de docência?
2. Quais os níveis que costuma lecionar?
3. Quais os anos que tem lecionado nos últimos dois anos aqui no AE Maximinos?
4. Existindo alguma dificuldade ou necessidade, que tem-se deparado nestes últimos tempos no AE Maximinos, poderia referenciar quais e com que intervenientes?
5. No seu parecer, quais são as áreas que sente que necessitam de maior intervenção ao nível da psicologia educacional?
6. Para finalizar a nossa entrevista, em relação às necessidades/dificuldades, gostaria de acrescentar algo que seja pertinente que não tenha sido abordado ao longo da entrevista e ache relevante?

Muito obrigada pela sua colaboração,

Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo

Guião de entrevista à Psicóloga

Ao longo do nosso estágio, de forma mais informal, a Dr.^a Sónia Dias, foi-nos dando a conhecer o Agrupamento de Escolas de Maximinos, o GMOE e as intervenções que na área de Psicologia têm vindo a ser desenvolvidas, por forma a responder a algumas das necessidades da instituição. No entanto, gostaríamos de pedir a colaboração da Dr.^a Sónia Dias, na resposta a algumas questões, de forma a completar alguns aspetos.

Desde já agradecemos a sua disponibilidade!

1. Havia referenciado, que o serviço de psicologia tem vindo a intervir com alunos, encarregados de educação, agentes educativos, professores e famílias. Pode referir quais as atividades ou ações de formação que têm sido desenvolvidas em cada escola e a quem se destinam?
2. Como tem sido a aderência dos participantes em cada ação/atividade desenvolvida? E como faz a avaliação de cada uma delas?
3. A Dr.^a Sónia Dias referiu algumas necessidades/carências na instituição, onde seria pertinente intervir. Assim, solicitamos-lhe, para cada programa abaixo que refira o número de casos conhecidos ou que necessitam de intervenção, em que ano de escolaridade, que problemáticas são mais recorrentes ou graves bem como as idades.
 - Promoção da consciência fonológica no pré-escolar;
 - Promoção da exploração e desenvolvimento vocacional no pré-escolar;
 - Transição, adaptação ao 5º ano e os métodos e hábitos de estudo;
 - Alunos e pais/EE;
 - Trabalhar a mediação familiar, aproximando a família mais dos seus educandos e das responsabilidades parental no que diz respeito à educação;
 - Adaptação ao Jardim de Infância;
 - Promoção da disciplina (professores e alunos);

- Promoção da mediação de conflitos, das boas relações e ainda capacitar os agentes operacionais para lidar com crianças com NEE;
 - Consciencializar para a temática do *Bullying*.
4. Quantos casos individuais em consulta recebe em média por semana/mês? Como é que os casos chegam ao Gabinete Psicopedagógico? São referenciados, por norma, por quem?
 5. Qual a problemática mais recorrente?
 6. Para finalizar a nossa entrevista, em relação às necessidades/dificuldades, gostaria de acrescentar algo pertinente que não tenha sido abordado e ache relevante?

Muito obrigada pela sua colaboração!

Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo

- c) Articulação, sempre que solicitadas, com todos os agentes educativos, coordenadores de escolas, Professores titulares de turma e Professores de apoio educativo nas escolas do primeiro ciclo de formação; coordenadora da escola básica do segundo e terceiro ciclo, diretores de turma do segundo e terceiro ciclos e secundário;
- d) Intervenção no domínio da mediação escolar com alunos e/ou famílias;
- e) Coadjuvação com Professores de diferentes disciplinas do Curso Vocacional, dentro da sala de aula, e elementos do respetivo Conselho de Turma;
- f) Contactos formais e informais e reuniões com entidades externas que apoiam alunos acompanhados pelo GMOE, nomeadamente, a CPCJ, CAFAP e EMAT;
- g) Elementos da Equipa de Mediação Escolar: presença nas reuniões, avaliação, acompanhamento/intervenção em situações de alunos e famílias e/ou turmas identificadas, sinalizadas, pelos problemas comportamentais e, consequentemente, emocionais, como de intervenção prioritária, e realização de sessões de (in)formação para alunos, famílias e Professores;
- h) Desenvolvimento de programas subordinadas ao tema da Mediação Escolar com os alunos dos diferentes ciclos de formação do Agrupamento de Escolas;
- i) Desenvolvimento de Programas, subordinados a temáticas julgadas essenciais para a promoção de aquisição de competências parentais várias, por forma a possibilitar a imposição de maior bem-estar familiar, tendo em conta o levantamento de necessidades dos alunos e famílias deste Agrupamento de Escolas;
- j) Colaboração com entidades externas na implementação de sessões de (in)formação para alunos e famílias, com a realização de reuniões quinzenas entre a equipa do GMOE, o seu responsável da ação, responsável da ação “Discriminação Positiva” e adjunta da direção responsável pelo pré-escolar e primeiro ciclo do Agrupamento de Escolas e adjunto da direção responsável pelos alunos do secundário.
- k) Avaliação e sequente apoio/intervenção dos alunos sinalizados com situações-problema diferenciados, e respetivas famílias, sempre que julgado essencial, em articulação com equipa de mediação e orientação escolar, a técnica de serviço social, e outros agentes educativos e entidades externas. Especificamente, alunos que apresentem:

- l) Dificuldades cognitivas, comportamentais e emocionais, com implicações no bem-estar e desenvolvimento global dos alunos, com implicações várias no processo de aprendizagem e, conseqüentemente, nos resultados escolares;
- m) Realização de avaliações especializadas para aferir sobre o rendimento cognitivo dos alunos e promover a construção de um plano de apoio mais ajustado às potencialidades e fragilidades identificadas, com envolvimento e em articulação com todos os agentes educativos (Professor titular de turma/diretor de turma e restante conselho de turma, Professor de apoio educativo e tutor). De salientar o trabalho concertado desenvolvido com a educação especial na avaliação e realização dos respetivos documentos em situações de alunos que preenchem os critérios de elegibilidade, tendo em conta o Decreto-lei 3/2008 de 7 de Janeiro;
- n) Especificidades na estrutura e dinâmica familiar dos alunos, com implicações no autoconceito e autoestima e que condicionam a *performance* escolar dos mesmos;
- o) Desenvolvimento de sessões para alunos/turma subordinados aos temas apresentados pelos Professores titulares de turma e diretores de turma

Considera-se que todos estes objetivos e competências acima mencionados, do serviço de psicologia têm princípios subjacentes à abordagem do Modelo Ecológico do Desenvolvimento Humano do autor Bronfenbrelmer (1993) e do Modelo Sistémico (Del Prette, Paiva, & Del Prette, 2005). O regulamento estipula práticas de intervenção com enfoque na mudança, ou seja, a instituição tem pressuposto que todas as avaliações e as intervenções educativas devam envolver e ocorrer nos diferentes contextos em que a criança e a família evoluem. Privilegiam assim, as relações e dinâmicas recíprocas entre o indivíduo em desenvolvimento e o seu meio ambiente habitual, casa, escola, colegas, comunidade, entre outros. Está ainda implícito o Modelo Construtivista e o Modelo da Aprendizagem Social em alguns objetivos, onde a aprendizagem é percebida como indissociável do contexto onde será importante mais uma vez intervir nos vários contextos.

Os seus objetivos específicos, no âmbito do Projeto *FREI* passam por promover a articulação com as diferentes ações deste projeto na criação de condições que visem a diminuição do insucesso, absentismo e abandono escolar antes da idade obrigatória e o estímulo do desenvolvimento emocional, cognitivo e social do aluno.

Além deste são realizadas avaliações às situações-problema apresentadas pelos alunos sinalizados no âmbito da psicologia, serviço social e mediação social e realização de planos de intervenção articulados. Posteriormente supõem-se a implementação do plano de intervenção e/ou apoio individual ou em grupo, mediante o diagnóstico técnico realizado.

Para que se possam realizar as avaliações e intervenções acima discriminadas, o Gabinete Psicopedagógico possui recursos materiais como um computador com acesso à *Internet*, no qual são elaborados documentos e materiais de intervenção, vários instrumentos de Avaliação Psicológica, uma lista de instrumentos e materiais de manuais de avaliação e intervenção, entre outros materiais de apoio à Orientação Vocacional que se encontram ao dispor da equipa para o bom funcionamento do serviço, a saber:

- Entrevista clínica semiestruturada para crianças e adolescentes (6-18 anos) Versão traduzida e adaptada por Araújo, M.; Gonçalves, M. & Teixeira, M. (1996), com autorização dos autores McConaughy, S. & Achenbach, T.
- Escalas de Achenbach:
- Questionário de comportamentos da criança CBCL 4-18. Versão traduzida por Almeida, J. (1991), com autorização do autor Achenbach, T.
- Questionário de comportamentos da criança, Relatório do Professor TRF. Versão traduzida por Almeida, J. & Gonçalves, M. (1991), com autorização do autor Achenbach, T.
- Questionário de Autoavaliação para jovens YSR 11-18. Versão traduzida por Almeida, J. (1991), com autorização do autor Achenbach, T.
- Children's Depression Inventory CDI Kovacs, M. (1992).
- Inventário de Beck B.D.I.
- Questionário de Autorrelato para Perturbações de Ansiedade e Depressão em Crianças e Adolescentes 8-17 STAIC For A C-2. Versão traduzida por Dias, P. & Gonçalves, M. (1999) autorizado por Spielberger et al, (1973)-
- Questionário de Avaliação da Ansiedade Manifesta CMAS-R. Versão traduzida por Dias, P. & Gonçalves, M. (1999) autorizado por Reynolds & Richmond, 1978).
- Questionário Sobre a Dependência Emocional (Tierno, E., 1996).
- Escala de Avaliação do Stress (Goleman, 1999).

- Questionário de Avaliação de diferentes Categorias de Medos FSSC-R. Versão Adaptada por Dias, P. & Gonçalves, M. (1991) autorizado por Ollendick (1978).
- Leyton Obsessional Inventory-Child Version. Versão Adaptada por Dias, P. & Gonçalves, M. (1991) autorizado por Rapoport&Flament (1986).
- Piers-Harris Children's Self-Concept Scale - PHCSCS-2 (Piers & Herzberg, 2002) desenvolvidaporVeiga (2006).
- Programa de desenvolvimento de competências Sociais. Adaptado por Vieira, D. (s.d.).
- Escala de Avaliação das Perturbações Disruptivas de Comportamento-Pais. Adaptado por Gonçalves M. (1998), Autorizado por Barkley (1997).
- Escala de Avaliação das Perturbações Disruptivas de Comportamento- Professores. Adaptado por Gonçalves M. (1998), Autorizado por Barkley (1997).
- Comportamentos em Casa. Adaptado por Gonçalves M. (1998), Autorizado por Barkley (1997).
- Comportamentos na Escola. Adaptado por Gonçalves M. (1998), Autorizado por Barkley (1997).
- Inventário de Comportamento do Aluno. Adaptado por Gonçalves M. (1998), Autorizado por Barkley (1997).
- Escala de Comportamento Interpessoal IBS-R/ED. Adaptado por Giada, M.; Justo, J. & Leal M. (s.d.) autorizado por Spielberger, C. et al (1987).
- Medida do Padrão de Comportamento Tipo A. Adaptação de Pereira, G. (1998) autorizado pelo autor Framingham (s.d.).
- Questionário Sobre as Relações Pais-Filhos QRPE. Autores Bastin, G. &Delrez, H. (s.d.).
- Questionário de Estilos Parentais. Tradução e adaptação por Salvador, M.; Rijo, D. & Gouveia, J. (s.d.) desenvolvido por Young, J. (s.d.).
- Questionário de Auto-Avaliação dos Estados do Eu. Da autoria de Cardon & Nicolas, P. (s.d.).
- Provas de Consciência Fonológica (sem autor identificado).
- BAPAE da autoria de Cruz, V. (1996).
- Escala de Conners para Professores- Versão Revista (Forma Reduzida). Da autoria de Conners, K. (1997).

- Roberts Apperception Test for Children (R.A.T.C.). Adaptação por Gonçalves, M. (s.d.).
- Exame Neuropsicológico. Da autoria de Domingos, M. (2004).
- Test de Retención Visual de Benton TRVB. Autoria de Benton (1981).
- California Occupational Preference System COPS (Knapp & Knapp, 1982).
- Interesses e Preferências Profissionais IPP. Da Autoria de Cruz, V. (1993).
- SDS Interesses Vocacionais de Holland. Da autoria de Holland, J. (1996), validado por Teixeira (s.d.).
- Escala de Avaliação do Ambiente em Educação Infantil ECERS. Da autoria de Harms, T. & Clifford, R., versão provisória para investigação da Faculdade de Psicologia e Ciências de Educação da universidade do Porto (2005).
- Grelha de Observação Institucional. Da autoria de Ballasteros, F. (1997).
- Symptom Check List (S.C.L. – 90-R) (s.d.).
- Questionário da Organização Mundial de Saúde sobre qualidade de Vida WHOQOL-100 (1995).
- WISC II Escala de Inteligência de Wechsler para crianças (Wechsler, D.,2004).
- WPPSI Escalas de Inteligência de Wechsler para idade pré-escolar e primária – edição revista (Wechsler, D.,2003).
- Griffiths Mental Development Scales (até aos 2 anos) (Griffiths, R., 1996).
- Bateria de Provas de Raciocínio BPR. (Almeida, L., 2006).

Manuais de Apoio para intervenção psicológica

- Ansiedade aos Testes. Autoria de Dias, S. (2007/2008).
- Crescer a Brincar: Eu sou único e especial! – Autoconceito e autoestima, 7-10 anos” (Moreira, P., 2004).
- Crescer a Brincar: Olá, Obrigado! – Competências Sociais e assertividade, 7-10 anos” (Moreira, P., 2004).
- Esquema de Abandono. Adaptado por Lobo (1999) com arranjos de Dias, S. (2004). Autor original Young&Klosko (1993).
- Estratégias para lidar com a falta de atenção e concentração. Autoria de Dias, S. (2007/2008).
- Gestão do Tempo. Autoria de Dias, S. (2007/2008).

- Stress: Definição, Impacto e Prevenção (estratégias de prevenção). Autoria de Dias, S. (2007/2008).
- Terapia Comportamental; Técnicas de Relaxamento (Dias, S., 2007/2008).

A atuação da equipa do GMOE, Psicóloga e Assistente Social, estende-se a todos os alunos do AE Maximinos. O seu funcionamento conta com um horário específico estipulado para cada escola, de segunda a sexta-feira e dispõe de um espaço próprio em cada uma das diferentes escolas. O gabinete encontra-se claramente identificado e integrado na comunidade escolar pois possibilita o contato entre a psicóloga e os alunos no contexto onde estão inseridos. De modo a participar ativamente noutras ações do Projeto *FREI*, são realizadas ações de tutoria e consultoria, prestando apoio e orientação aos tutores dos diferentes ciclos. É pretensão do GMOE: promover a articulação com o Projeto de Educação para a Saúde nas várias atividades desenvolvidas nos diferentes domínios de intervenção do mesmo; acompanhar regularmente os alunos envolvendo ativamente os seus Professores e famílias; promover a motivação e o interesse dos alunos na e pela escola e, através de toda a equipa, propagar o desenvolvimento de competências sociais, como saber estar, ser e fazer (Agrupamento de Escolas de Maximinos, 2014/2015).

Sendo um Agrupamento que abarca sete escolas, a Psicóloga e a Técnica do Serviço Social repartiram o horário semanal de forma a poderem estar presente em todas as instituições, dando especial atenção às que incluem maior número de alunos. Além disso, e para que o gabinete nunca deixe de ter quem receba os pedidos dos alunos, pais/encarregados de educação ou Professores, para os diferentes serviços, as técnicas alternam os horários que podem ser consultados no quadro seguinte:

Horário de Funcionamento do GMOE		
Dia da Semana	Psicóloga	Técnica de Serviço Social
Segunda-feira	<u>Manhã (9:30h-13:00h):</u> Escola Secundária de Maximinos	<u>Manhã (9:100h-13:00):</u> EB 2/3 Frei Caetano Brandão
	<u>Tarde (14:30h-18:30h):</u> Centro Escolar de Maximinos ou EB 2/3 Frei Caetano Brandão	<u>Tarde (14:00h-18:10h):</u> Centro Escolar da Naia

Terça-feira	<u>Manhã (9:00h-12:30h):</u> Centro Escolar da Naia	<u>Manhã (9:10h-13:00):</u> C.E. Maximinos ou CE Gondizalves ou EB 2/3 Frei Caetano Brandão
	<u>Tarde (13:30h-18:30h):</u> Centro Escolar da Naia ou EB 2/3 Frei Caetano Brandão	<u>Tarde (14:00h-18:10h):</u> Escola Secundária de Maximinos
Quarta-feira	<u>Manhã (9:30h-13:30h):</u> EB 2/3 Frei Caetano Brandão	<u>Manhã (9:10h-13:00):</u> Escola Secundária de Maximinos
	<u>Tarde (14:30h-18:30h):</u> EB 2/3 Frei Caetano Brandão	<u>Tarde (14:00h-18:10h)</u> EB 2/3 Frei Caetano Brandão
Quinta-feira	<u>Manhã (9:30h-13:30h):</u> CE Gondizalves ou EB1/JI Estrada ou outras necessidades	<u>Manhã (9:10h-13:00):</u> CE de Naia ou EB1 Gandra ou EB1/JI Estrada
	<u>Tarde (14:30h-18:30h):</u> EB 1 de Gandra	<u>Tarde (14:00h-18:10h):</u> C.E. Maximinos
Sexta-feira	<u>Manhã:</u> Escola Secundária de Maximinos	<u>Manhã (9:10h-13:00):</u> CE de Naia ou EB 2/3 Frei Caetano Brandão
	<u>Tarde:</u> Não Trabalha	<u>Tarde:</u> Não Trabalha

Refira-se ainda que alguns dos programas e atividades desenvolvidas no âmbito do GMOE no ano letivo 2013/2014 pela Psicóloga do serviço foram levados a cabo, sempre que julgado essencial, com a colaboração e articulação com a técnica de serviço social e com a equipa de Educação Especial, bem como de forma conjunta com outros agentes educativos quer sejam os coordenadores de escolas, Professores diretores de turma e/ou outras entidades externas. Para tal foram previamente definidos objetivos gerais e específicos do Gabinete de Mediação e Orientação Escolar em coerência com os objetivos do Projeto TEIP-FREI. Assim no âmbito da psicologia foram efetuadas inúmeras avaliações e diagnósticos, das situações-problema exibidas pelos alunos sinalizados, chegando em determinados casos a ser necessário proceder a uma intervenção direta com as respetivas famílias.

Em colaboração e articulação com as duas estagiárias que realizaram estágio curricular do Mestrado de Psicologia da Educação, da Universidade Católica de Braga, foi realizado, durante o ano letivo de 2013/2014, um programa Vocacional

direcionado para alunos do 9º ano com o nome *A primeira grande escolha* e um outro programa de Orientação Vocacional com a designação *Traça o teu futuro* para alunos do ensino secundário, mais precisamente do 10º, 11º e 12º ano de escolaridade com objetivos específicos direcionados a cada ano de escolaridade. A estes programas acresceram-se diversos outros, a saber: um programa de promoção de autorregulação intitulado *As lições do Noddy* realizado com os alunos do ensino pré-escolar envolvendo pais/encarregados educação; o programa *Degrau a degrau...até ao sucesso*, de intervenção com alunos com dificuldades de aprendizagem do 1.º ciclo sendo abrangidos os pais/encarregados de educação e Professores dos alunos; o programa de intervenção *Caminhar a par e de mãos dadas* subordinado ao tema da multiculturalidade dirigido aos alunos de etnia cigana e restantes colegas de turma de 3º ano de escolaridade e os respetivos encarregados de educação, e por último, coube ainda ao GMOE o desenvolvimento do programa *Vamos aprender a aprender* de promoção de métodos e hábitos de estudo com alunos do 6.º ano envolvendo os respetivos encarregados de educação. Todos estes programas foram realizados como resposta ao levantamento de necessidades da ocasião do Agrupamento de Escolas, tendo em consideração o conhecimento da realidade pessoal, familiar, social e escolar dos alunos, nomeadamente, centrados numa lógica de continuidade do trabalho que tem vindo a ser efetuado ao longo dos anos em que têm sido mantidos os mesmos técnicos.

Seguidamente apresenta-se a reprodução do documento oficial referente ao GMOE e em particular ao Serviço de Psicologia do AE Maximinos.

Agrupamento de Escolas de Maximinos

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Serviço de Psicologia

O Gabinete de Mediação e Orientação Escolar é a uma ação integrada no Projeto TEIP-FREI, composto por uma equipa multidisciplinar. Atualmente fazem parte desta equipa uma psicóloga e uma técnica de serviço. O Projeto de equipa é designado por TEIA, Trabalho Educativo de Intervenção Articulada, que visa o

desenvolvimento de um trabalho de equipa, pela união das diferentes mas complementares áreas de formação técnica e profissional, com o objetivo principal de melhor e mais ajustadamente responder às situações-problema apresentados pelos alunos e famílias deste território educativo, promovendo a articulação entre recursos institucionais internos e/ou recursos e parcerias externas, contribuindo, desta forma, para a concretização dos objetivos que o Projecto TEIP-FREI se propõe alcançar.

Importa apresentar as principais situações-problema que constam do Projeto TEIP-FREI, 2009/2010:

1. Taxas de insucesso superiores à média nacional na maior parte dos anos de escolaridade;
2. Dificuldades em dar resposta às necessidades de apoio educativo, principalmente no 1º ciclo;
3. Considerável número de alunos institucionalizados;
4. Considerável número de alunos de etnia cigana;
5. Considerável número de alunos filhos de imigrantes;
6. Reduzidas qualificações das famílias;
7. Considerável número de participações disciplinares no 2º e 3º ciclos;
8. Descontinuidade ao nível dos Serviços de Mediação Escolar e de Psicologia;
9. Condições físicas deficitárias em pelo menos três das escolas do Agrupamento.

Neste sentido, os principais objetivos do Projeto são:

1. Melhorar os resultados académicos dos alunos, reduzindo a taxa de insucesso escolar;
2. Aumentar o nível de qualificação das famílias;
3. Aprofundar a interação com a comunidade no sentido da cidadania ativa;
4. Diminuir os níveis de indisciplina na escola;
5. Melhorar mecanismos de intervenção junto dos alunos e respetivas famílias;
6. Melhorar a matriz pedagógico-organizacional;
7. Melhorar a qualidade dos espaços escolares.

Tendo em consideração as situações-problema e respetivos objetivos para resolução das mesmas, a equipa de Mediação e Orientação Escolar, através do Projeto

TEIA, tem objetivos ajustados aos apresentados no Projeto TEIP-FREI, pretendendo apoiar de forma o mais ajustada, concertada e articulada possível, os alunos e respetivas famílias. Especificamente:

1.Objetivo geral

- Apoiar e intervir junto dos alunos e famílias, promovendo a articulação entre a escola, família e comunidade

Apresentação das funções desempenhadas ano letivo 2013/2014

1.Em colaboração e articulação com a técnica de serviço social – equipa de Gabinete de Mediação e Orientação Escolar, GMOE:

- Avaliação e acompanhamento/intervenção conjunta de situações de alunos e respetivas famílias;

- Colaboração ativa com a equipa de Educação Especial no apoio aos alunos e respetivas famílias;

- Articulação, sempre que solicitadas, com todos os agentes educativos, coordenadores de escolas, professores titulares de turma e professores de apoio educativo nas escolas do primeiro ciclo de formação; coordenadora da escola básica do segundo e terceiro ciclo, diretores de turma do segundo e terceiro ciclos e secundário;

- Intervenção no domínio da mediação escolar com alunos e/ou famílias;

- Coadjuvação com professores de diferentes disciplinas do Curso Vocacional, dentro da sala de aula, e elementos do respetivo Conselho de Turma;

- Contactos formais e informais e reuniões com entidades externas que apoiam alunos acompanhados pelo GMOE, nomeadamente, a CPCJ, CAFAP e EMAT;

- Elementos da Equipa de Mediação Escolar: presença nas reuniões, avaliação, acompanhamento/intervenção em situações de alunos e famílias e/ou turmas identificadas, sinalizadas, pelos problemas comportamentais e, consequentemente, emocionais, como de intervenção prioritária, e realização de sessões de (in)formação para alunos, famílias e professores;

- Desenvolvimento de programas subordinadas ao tema da Mediação Escolar com os alunos dos diferentes ciclos de formação do Agrupamento de Escolas;

- Desenvolvimento de Programas, subordinados a temáticas julgadas essenciais para a promoção de aquisição de competências parentais várias, por forma

a possibilitar a imposição de maior bem-estar familiar, tendo em conta o levantamento de necessidades dos alunos e famílias deste Agrupamento de Escolas;

- Colaboração com entidades externas na implementação de sessões de (in)formação para alunos e famílias.

Obs.: Realização de reuniões quinzenais entre a equipa do GMOE, o seu responsável da ação, responsável da ação “Discriminação Positiva” e adjunta da direção responsável pelo pré-escolar e primeiro ciclo do Agrupamento de Escolas e adjunto da direção responsável pelos alunos do secundário.

2. Apoio pela psicologia:

Avaliação e sequente apoio/intervenção dos alunos sinalizados com situações-problema diferenciados, e respetivas famílias, sempre que julgado essencial, em articulação com equipa de mediação e orientação escolar, a técnica de serviço social, e outros agentes educativos e entidades externas. Especificamente, alunos que apresentem:

- Dificuldades cognitivas, comportamentais e emocionais, com implicações no bem-estar e desenvolvimento global dos alunos, com implicações várias no processo de aprendizagem e, consequentemente, nos resultados escolares;

- Realização de avaliações especializadas para aferir sobre o rendimento cognitivo dos alunos e promover a construção de um plano de apoio mais ajustado às potencialidades e fragilidades identificadas, com envolvimento e em articulação com todos os agentes educativos (professor titular de turma/diretor de turma e restante conselho de turma, professor de apoio educativo e tutor). De salientar o trabalho concertado desenvolvido com a educação especial na avaliação e realização dos respetivos documentos em situações de alunos que preenchem os critérios de elegibilidade, tendo em conta o Decreto-lei 3/2008 de 7 de Janeiro;

- Especificidades na estrutura e dinâmica familiar dos alunos, com implicações no autoconceito e autoestima e que condicionam a *performance* escolar dos mesmos;

- Desenvolvimento de sessões para alunos/turma subordinados aos temas apresentados pelos professores titulares de turma e diretores de turma;

- Supervisora do estágio de duas alunas a desenvolver o estágio curricular do Mestrado de Psicologia da Educação, da Universidade Católica Portuguesa, Centro Regional de Braga, Faculdade de Filosofia, no Agrupamento de Escolas de

Maximinos, integradas na Equipa de Mediação e Orientação Escolar. Reuniões periódicas com a orientadora de estágio das alunas na referida Universidade.

3. Em colaboração e articulação com as duas estagiárias a desenvolver estágio curricular do Mestrado de Psicologia da Educação, da Universidade Católica Portuguesa, Centro Regional de Braga, Faculdade de Filosofia, no Agrupamento de Escolas de Maximinos, integradas na Equipa de Mediação e Orientação Escolar, especificamente:

- Pré-escolar: Programa “As lições do Noddy”, para alunos e encarregados de educação de uma turma do Centro Escolar de Maximinos e uma turma do Centro Escolar da Naia. (Iniciou em outubro de 2013 e terminou em janeiro de 2014);

- Primeiro ciclo:

1. Centro Escolar de Maximinos e Centro Escolar da Naia: Programa “Degrau a degrau até ao sucesso” para alunos com Dificuldades da e na Aprendizagem do 3º ano de escolaridade, devidamente identificados em articulação com a professor/a titular de turma e professor de apoio educativo, mantendo-se com a colaboração do professor de apoio educativo, e respetivos encarregados de educação. (Iniciou em ambas as escolas em outubro de 2013, tendo terminado após primeiro período letivo no Centro Escolar de Maximinos, dada alteração da situação dos alunos, aferindo manter-se até final do ano letivo no Centro Escolar da Naia);

2. Centro Escolar da Naia: Programa “Caminhar a par e de mãos dadas”, subordinado ao tema da multiculturalidade, a implementar numa turma do terceiro ano de escolaridade com número significativo de alunos com diferentes culturas, com a colaboração ativa do professor titular de turma, e respetivos encarregados de educação. (Iniciou em janeiro de 2014 e terminará em abril de 2014);

- 2º ciclo: Programa “Vamos aprender a aprender” de promoção de hábitos e método de estudo para as turmas do 5º ano, e respetivos encarregados de educação. (Iniciou em novembro e terminou em dezembro de 2013 no contexto de sala de aula, na disciplina de OC, em colaboração com o respetivo professor da disciplina, e continuará em pequenos grupos, com alunos identificados com maiores dificuldades ao nível dos hábitos e métodos de estudo, de fevereiro a março de 2014. Os alunos

que revelem manutenção das referidas dificuldades continuarão em apoio pela psicologia individualmente;

- Orientação Vocacional (O.V.) no Agrupamento de Escolas de Maximinos (Iniciou em janeiro de 2014):

1. Sessão de (in)formação para pais/encarregados de educação (em 9 de janeiro de 2014);

2. O.V. dos alunos/turmas do 9º ano do Agrupamento de Escolas – Programa “A primeira grande escolha” (iniciou em janeiro e terminou em junho de 2014);

3. O.V. dos alunos do secundário, 10º, 11º e 12º anos do Agrupamento de Escolas – Programa “Traça o teu futuro” (decorreu durante o mês de janeiro de 2014).

Obs.: Todos os Programas de apoio para os alunos, respetivos encarregados de educação e famílias, e professores foram realizados tendo em conta o levantamento de necessidades atuais do Agrupamento de Escolas, pelo conhecimento da realidade pessoal, familiar, social e escolar dos alunos, nomeadamente, centrados numa lógica de continuidade do trabalho que tem vindo a ser efetuado ao longo dos anos em que têm sido mantidos os mesmos técnicos. Importa referir que no domínio da intervenção específica pela psicologia, as propostas apresentadas são resultado da identificação de necessidades atuais pela psicóloga do agrupamento de escolas e partilhado com as duas alunas aquando realização do pré-estágio de maio a junho de 2013, cruzado com os interesses apresentados pelas mesmas, tendo em consideração as diretrizes apresentadas pela Universidade Católica Portuguesa, Centro Regional de Braga, Faculdade de Filosofia, no domínio do Mestrado Integrado do Curso de Psicologia da Educação. Este trabalho foi e continuará a ser efetuado em parceria e estreita colaboração entre a psicóloga em particular e Equipa de Mediação e Orientação Escolar em geral com as duas alunas estagiárias.

Apresentação específica das informações referentes aos alunos apoiados pela psicologia até janeiro de 2014

Escolas Básicas do primeiro ciclo

Obs.: Considera-se “Aprovado” quando o/a aluno/a teve uma avaliação no final do primeiro período favorável à transição, “Não aprovado” quando o/a aluno/a apresenta no final do primeiro período resultados que não aferem a transição.

Centro Escolar de Gondizalves

Nome do aluno	Ano de escolaridade	Avaliação
_____	_____	_____

Género	Total por género	Aprovado	Não provado
Feminino	0	0	0
Masculino	0	0	0
Total	0	0	0

Centro Escolar de Maximinos

Género	Total por género	Aprovado	Não aprovado
Feminino	2	1	1
Masculino	7	4	3
Total	9	5	4

Centro Escolar da Naia

Género	Total por género	Aprovado	Não aprovado
Feminino	10	6	4
Masculino	3	3	0
Total	13	9	4

EB1 de Gandra

Género	Total por género	Aprovado	Não aprovado
Feminino	2	1	1
Masculino	3	1	2
Total	5	2	3

EB1/JI de Estrada

Género	Total por género	Aprovado	Não aprovado
Feminino	1	0	1
Masculino	2	2	0
Total	3	2	1

Total de alunos apoiados do 1º ciclo

Género	Total por género	Transição	Retenção
Feminino	15	8	7
Masculino	15	10	5
Total	30	18	12

Escola Básica 2 e 3 Frei Caetano Brandão e Escola Secundária de Maximinos (3º ciclo e secundário)

Obs.: Considera-se “Aprovado” quando o/a aluno/a teve uma avaliação no final do primeiro período favorável à transição, até três resultados negativos; “Não aprovado” quando o/a aluno/a apresenta no final do primeiro período resultados que não aferem a transição, resultados negativos superiores a três.

Escola Básica 2 e 3 Frei Caetano Brandão – 2º ciclo

Género	Total por género	Aprovado	Não aprovado
Feminino	20	13	7
Masculino	21	9	12
Total	41	22	19

Escola Básica 2 e 3 Frei Caetano Brandão – 3º ciclo

Género	Total por género	Aprovado	Não aprovado
Feminino	5	3	2
Masculino	13	9	4
Total	18	12	6

Escola Secundária de Maximinos – 3º ciclo

Obs.: Os alunos da Escola Secundária de Maximinos beneficiaram do apoio pela psicologia de forma esporádica durante o primeiro período letivo, dado julgada a necessidade, decisão partilhada pela direção e psicóloga, da coadjuvação desta com os professores do Curso Vocacional dentro da sala de aula nos momentos temporais determinados para o apoio pela psicologia na respetiva escola. Desde o início do segundo período, e por reajustamento da colaboração com os professores do Curso Vocacional, o tempo de apoio individual para os alunos da escola foi, dentro do que é considerado possível, aumentado.

Género	Total por género	Transição	Retenção
Feminino	2	2	0
Masculino	3	0	3
Total	5	2	3

Escola Secundária de Maximinos – Curso Vocacional (conclusão do 3º ciclo)

Género	Total por género	Aprovado	Não aprovado
Feminino	1	1	0
Masculino	23	15	8
Total	24	16	8

Total de alunos apoiados no 2º e 3º ciclos, inclusive Curso Vocacional (Escola Básica 2 e 3 Frei Caetano Brandão e Escola Secundária de Maximinos)

Género	Total por género	Transição	Retenção
Feminino	28	19	9
Masculino	60	33	27
Total	88	52	36

Escola Secundária de Maximinos – secundário

Nome do aluno	Ano de escolaridade	Aprovado
_____	_____	_____
—	—	—

Género	Total por género	Transição	Retenção
Feminino	0	0	0
Masculino	0	0	0
Total	0	0	0

Orientação Escolar e Profissional (OEP) no Agrupamento de Escolas de Maximinos

Iniciou em janeiro de 2014

OEP dos alunos do 9º ano do Agrupamento de Escolas – Programa “A primeira grande escolha”

OEP – EB2,3 Frei Caetano Brandão

Turmas	Número de alunos
9º1	20
9º2	20
9º3	25
9º4	20

OEP – Escola Secundária de Maximinos

Turmas	Número de alunos
9º5	27
9º6	22
9º7	25

OEP – total de alunos do 9º ano

Escola	Número de alunos
EB2,3 Frei Caetano Brandão	85
Escola Secundária de Maximinos	74
Total	159

OEP dos alunos do secundário do Agrupamento de Escolas – Programa “Traça o teu futuro”

OEP dos alunos do 10º ano de escolaridade

Turmas	Número de alunos
10º1	29
Total	29

OEP dos alunos do 11º ano de escolaridade

Turmas	Número de alunos
11º1	33
11º2	15
Total	48

OEP dos alunos do 12º ano de escolaridade

Turmas	Número de alunos
12º1	22
12º2	18
Total	40

OEP – total de alunos do secundário do Agrupamento de Escolas

Anos de escolaridade	Número de alunos
10º	29
11º	48
12º	40
Total	117

OEP – total de alunos do Agrupamento de Escolas

Anos de escolaridade	Número de alunos
9ºano	159
10º ano	29
11º ano	48
12º ano	40
Total	276

Outras atividades desenvolvidas

Colaboração de duas alunas a realizar estágio curricular do Mestrado de Psicologia da Educação, da Universidade Católica Portuguesa, Centro Regional de Braga, Faculdade de Filosofia, no Agrupamento de Escolas de Maximinos, integradas na Equipa de Mediação e Orientação Escolar:

- Pré-escolar: Programa “As lições do Noddy”, para alunos e encarregados de educação de uma turma do Centro Escolar de Maximinos e uma turma do Centro Escolar da Naia:

Escola/turma	Número de alunos
Centro Escolar da Naia	20
Centro Escolar de Gondizalves	20

Obs.: Iniciou em outubro de 2013 e terminou em janeiro de 2014

- 1º ciclo

1. Centro Escolar de Maximinos e Centro Escolar da Naia: Programa para alunos com Dificuldades da e na Aprendizagem do 3º ano de escolaridade, devidamente identificados em articulação com a professor/a titular de turma e professor de apoio educativo, mantendo-se com a colaboração do professor de apoio educativo, e respetivos encarregados de educação, “Degrau a degrau até ao sucesso”:

Centro Escolar de Maximinos

Número total de alunos	5
-------------------------------	----------

Obs.: O Programa nesta escola iniciou em outubro de 2013 e terminou após primeiro período letivo, dada alteração da situação dos alunos.

Centro Escolar da Naia

Número total de alunos	7
-------------------------------	----------

Obs.: O Programa nesta escola iniciou em outubro de 2013 e terminará no final do ano letivo.

2. Centro Escolar da Naia: Programa subordinado ao tema da multiculturalidade, a implementar numa turma com número significativo de alunos com diferentes culturas, com a colaboração ativa do professor titular de turma, e respetivos encarregados de educação, “Caminhar a par e de mãos dadas”:

Turma	Número de alunos
3º ano	20
Total	20

Obs.: O Programa iniciou em janeiro de 2014 e terminará em abril de 2014.

- 2º ciclo: Programa de promoção de hábitos e método de estudo para as turmas do 5º ano, excetuando, e respetivos encarregados de educação, “Vamos aprender a aprender”:

Turmas 5º ano	Número de alunos
5º1	28
5º2	20
5º3	20
5º4	20
5º5	20
5º5	20
5º7	23
5º8	24

Obs.: Iniciou em novembro e terminou em dezembro de 2013 no contexto de sala de aula, na disciplina de OC, em colaboração com o respetivo professor da disciplina, e continuará em pequenos grupos (alunos identificados com maiores dificuldades ao nível dos hábitos e métodos de estudo) de fevereiro a março de 2014. Os alunos que revelem manutenção das referidas dificuldades continuarão em apoio pela psicologia individualmente.

Total	175
--------------	------------

- Secundário: atividade realizada com turma do 11º1, por solicitação da sua diretora de turma, com o objetivo de promover a aquisição de competências para mais eficazmente lidar e gerir com a ansiedade, intitulada “Como melhorar o meu dia-a-dia”.

Turma	Número de alunos
11º1	33
Total	33

Braga, 31 de janeiro de 2014

A psicóloga
Sónia Dias

Desporto Escolar					
Modalidade		Destinatários/escalaço	Treinos		Professor responsável
			Horários	Local	
Andebol	Masculino	Grupo de Iniciação	3ª e 5ª f - 18.30/20.00h	Pavilhão - Maximinos	Rui Silva
		Grupo de continuação	2ª f - 18.30/20.00h 4ª f - 17.30/20.00h 6ª f - 17.45/20.00h	Pavilhão - Maximinos	António Lopes
Boccia	Masc/Fem	Todos os escalões	4ªf - 14.15/16.30h	Ginásio - ESMAX	Dulce Albuquerque
Natação		Infantis e Iniciados	5ªf - 10.10/ 11.30h 3ª e 4ªf - 16.10 / 17.30h	Piscina - Maximinos	Paula Lucas
Goalball		Todos os escalões	4ªf - 14.15/17.00h	Pavilhão - Maximinos	Luís Soares
Orientação		Todos os escalões	4ª - 14.15/17.30h 6ª - 17.30 / 19.30h	ESMAX	Filipe Marques
Voleibol	Feminino	Infantis (nascidos: 2001/02)	3ª, 5ª e 6ªf - 18.30h	Ginásio - ESMAX	Conceição Pinto
		Iniciados (nascidos: 1999/00)	3ª, 5ª e 6ªf - 18.30h	Ginásio - ESMAX	Conceição Pinto
		Juvenis (nascidos: 1997/98)	4ª f - 17.30h 6ª f - 18.30h	Ginásio - ESMAX	José Ferros
		Juniões (nascidos: 1992/96)	2ª e 4ª f - 18.30h	Ginásio - ESMAX	José Ferros

O Agrupamento tem atualmente em curso um Projeto de Educação para a saúde que resulta do trabalho de uma equipa multidisciplinar, que integra representantes, quer da área da educação quer da área da saúde e cujas principais metas são a melhoria do estado de saúde global dos jovens, dotar as crianças, os adolescentes e a comunidade escolar em geral, de conhecimentos, atitudes e valores que os ajudem a fazer opções e a tomar decisões adequadas e construtivas capazes de favorecer o seu equilíbrio e bem-estar futuro, aumentar o sucesso escolar e reduzir o abandono, entre muitas outras. As principais áreas de intervenção do projeto são a alimentação, saúde oral, higiene, atividade física, sexualidade e afetos, educação sexual, prevenção das infeções sexualmente transmissíveis, prevenção do consumo de substâncias psicoativas, promoção da segurança e prevenção de acidentes, violência em Meio Escolar e *Bullying* e o Ambiente e Saúde.

Decorre o projeto +ATITUDE 3G, em parceria com a Juventude Cruz Vermelha Portuguesa – Delegação de Braga com sede na Rua Francisco Machado Owen, 150, em Braga. O projeto teve o seu início em março de 2013 e está previsto ter o seu término em fevereiro de 2016. Este projeto visa a prevenção nas crianças e jovens do consumo de substâncias psicoativas, orientando-os para a minimização de fatores de risco e potenciação de fatores de proteção. O respetivo projeto tende que

seja a própria comunidade a envolverem-se o mais possível na resolução dos seus próprios problemas.

Este projeto encontra-se a ser desenvolvido em quatro escolas do Ensino Básico do centro de Braga, nomeadamente, EB 2,3 André Soares, EB 2,3 Francisco Sanches, EB 2,3 Frei Caetano Brandão e EB 2,3 de Real assim como ainda, em dois lares de infância e juventude, nomeadamente, Colégio São Caetano e Oficinas S. José.

O projeto +ATITUDE 3G tem atualmente uma relevância significativa para o AE Maximinos pois está direcionado a uma população alvo direta constituída por crianças e jovens, entre os 10 e os 19 anos, num total de 980 alunos. Este projeto abrange também elementos estratégicos da comunidade escolar, como por exemplo, os professores, os assistentes operacionais, os técnicos sociais e ainda, os encarregados de educação, com o objetivo de potenciar o envolvimento de todos e aumentar a qualidade das intervenções.

Assim neste projeto estão incluídas atividades, nas instituições acima já mencionadas, como, o "Espaço Dúvidas", criado para proporcionar um acompanhamento individual e confidencial aos jovens que sejam referenciados, pelas técnicas ou professores da escola (numa lógica de intervenção seletiva), ou então que os próprios alunos o desejem livremente. O espaço está também disponível para atender e acolher professores, funcionários e encarregados de educação que sintam necessidade de ver respondidas as suas dúvidas relacionadas com questões de prevenção do consumo de substâncias e/ou estratégias para lidar com a problemática (numa lógica de intervenção universal). O período de funcionamento, na Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão, acontecia todas as sextas-feiras das 14:00h às 17:00h, no espaço Gabinete Informação e Apoio (GIA), ou seja, o gabinete onde também se encontra todas as semanas, quintas-feiras pela parte da manhã uma Enfermeira.

Objetiva a realização de sessões informativas, em contexto de sala de aula, sobre substâncias psicoativas, comportamentos de risco/comportamentos saudáveis e dependência, que irá dotar os jovens de conhecimentos das respetivas substâncias, e os contextos de uso das drogas. Visa também Apoio Escolar, disponibilizando voluntários, nos casos sinalizados pela Escola de forma a aumentar o sucesso escolar e a reduzir o absentismo e o risco de abandono escolar, eliminado este fator de risco. O objetivo é intervir no sentido de trabalhar as questões da motivação, a criação de hábitos de estudo, e organização e gestão do tempo.

Tem em curso e subjacente a implementação do Programa de Treino de Competências - Jogo Eu e os Outros - metodologia para a abordagem dos problemas específicos da adolescência e do desenvolvimento pessoal e social dos jovens como forma de prevenir comportamentos de risco. O objetivo é o desenvolvimento de competências pessoais e sociais, nomeadamente assertividade, competências de comunicação, sentido de responsabilidade, gestão de conflitos, gestão de emoções e tomada de decisão. Permitirá também trabalhar informação relativa a substâncias. Dinamização em contexto de sala de aula, disponibilizado 45 minutos uma aula para o efeito. Ainda têm a decorrer programas de treino de competências parentais, que objetiva dotar os encarregados de educação, sinalizados pelas técnicas de cada escola para as ações, de competências importantes, numa lógica de empowerment no campo da prevenção.

São realizadas sessões de informação/sensibilização no âmbito deste projeto, em período de interrupção letivas, para assistentes operacionais, com o objetivo de trabalhar questões relacionadas com o papel do educador face a comportamentos de risco dos jovens.

Disponibiliza a toda a comunidade um blog (www.mais-atitude.blogspot.com) e uma página de Facebook (www.facebook.com/maisatitude.jcv) para poder contactar de uma forma mais eficaz e instantânea com os jovens, e a comunidade escolar envolvida no projeto. Um manual de Prevenção Digital para Educadores, ferramenta a distribuir pela comunidade escolar, no final do projeto. Neste, serão trabalhados os diferentes tipos de dependências e a procura das melhores estratégias para os educadores. Realização de Campanhas de Prevenção de Risco, em contextos recreativos, como por exemplo no meio académico – Enterro da Gata.

Para a efetivação destes dois últimos projetos existe o espaço Gabinete Informação e Apoio (GIA) na EB2/3 Frei caetano Brandão, que é um espaço cuja principal função é disponibilizar aos alunos informação e apoio relativa à prevenção de consumos de substâncias psicoativas, prestar apoio psicossocial e nutricional e para a educação sexual. Conta com a presença de técnicos de diversas áreas como: IPJ (Instituto Português da Juventude), ACES de Braga (Associação de Centros de Saúde), Juventude CV (Juventude Cruz Vermelha), IDT (Instituto da Droga e da Toxicodependência) e EMOE (Equipa Mediação e Orientação Escolar). Para além do espaço GIA existe o gabinete “i-Alunos” na Escola Secundária de Maximinos que tem como principal função receber os alunos que voluntariamente o procurem, ou

encaminhados por Diretores de Turma, Professores, Pessoal não Docente ou Pais e Encarregados de Educação ou então os alunos que são os alunos mandados sair da sala de aula, com uma tarefa a desempenhar.

Neste espaço procura-se fazer um levantamento de problemas, nomeadamente, problemas de integração, alterações bruscas no comportamento, falta de atenção, indisciplina, perturbações no humor, ansiedade em relação aos testes ou apresentações orais, problemas de alimentação, de consumo de substâncias psicoativas, delinquência, graves dificuldades na interação social ou ainda, problemas associados à dinâmica familiar, e que o AE Maximinos procura por seu lado o encaminhamento para os órgãos que os possam resolver. Este espaço conta com a presença de uma psicóloga, de uma técnica de serviço social e de enfermeiras especializadas. Todos estes projetos podem ser consultados de forma mais pormenorizada nos seguintes quadros:

Projetos de Desenvolvimento Educativo 2014/2015

DESIGNAÇÃO/ PROFESSORES RESPONSÁVEIS	DESTINATÁRIOS	ESCOLA/ HORÁRIO	OBJETIVOS	ATIVIDADES
Clubes				
Clube de Músicas Francisco Silva Laura Prado	Alunos 2º ciclo	EB 2/3 Frei Caetano Brandão 4ª feira 15.15h / 16.45h	Na sequência dos ensaios os alunos reforçam aprendizagens, laços de amizade e o sentimento de pertença à escola. Os seus objetivos estão focalizados na produção (preparação e apresentação) de um espetáculo musical em sala própria (auditório).	- Ensaios: Parte musical e movimento das personagens em palco. - Definição de cenários e figurinos. - Elaboração de cartazes para divulgação. - Apresentação dos trabalhos em espetáculos destinados à comunidade educativa e público em geral. - Participação nas atividades do Agrupamento.
Clube Europeu Cristina Gandra Anabela Costa	Alunos 2º e 3º ciclos	EB 2/3 Frei Caetano Brandão 4ª feira 15.15h / 16.45h 6ª feira 10.00h / 10.45h	- Desenvolver as inter-relações entre alunos do 2º ciclo e do 3º ciclo. - Desenvolver competências em línguas estrangeiras e em TIC. - Envolver a comunidade educativa na partilha de saberes e de experiências, incentivando a interdisciplinaridade.	Dinamizar todas as atividades pertencentes e descritas no Projeto do Clube Europeu e projectos Erasmus+; participar e desenvolver actividades em parceria com o projecto Eco escolas e Escola Bem Estar. Participar em actividades conjuntas com outros clubes: Horta Escolar, ReutilizArte.
ReutilizARTE Helena Fernandes	Alunos 2º e 3º ciclos	EB 2/3 Frei Caetano Brandão 2ª feira 15.15h / 16.45h	- Dinamizar um atelier de artes plásticas promovendo a produção artística a partir da reutilização de materiais e reciclagem de resíduos; - Estimular a criatividade e desenvolver o sentido crítico, a reflexão, a imaginação, emoção e sensibilidade; - Envolver a comunidade educativa com vista à partilha de saberes e de experiências, contribuindo para a mudança de atitudes individuais e coletivas.	- Criação e produção de fantoches; - Construção de uma árvore de Natal; - Produção de elementos decorativos para assinalar a primavera; - Participação em concursos e solicitações externas que visem a reutilização ou reciclagem de materiais.
Horta Escolar Manuela Machado	Alunos 2º e 3º ciclos	EB 2/3 Frei Caetano Brandão 3ª feira 15.15h / 16.45h 5ª feira 15.15h / 16.45h	- Proporcionar aos alunos aprendizagens significativas a partir do contacto com a terra, com os organismos do solo e com as plantas, visando a promoção de uma consciência ambiental e uma melhoria da qualidade de vida. - Motivar para o conhecimento de tradições locais relacionadas com atividades agrícolas. - Desenvolver as inter-relações entre diferentes elementos da comunidade educativa.	- Na horta - sementeiras e plantações, sacha, arranque de ervas daninhas, rega, produção e adição de composto vegetal, colheita, acompanhamento do ciclo de vida das plantas, observação da fauna auxiliar e de organismos do solo, etc. - Em laboratório – atividades práticas e experimentais dirigidas à compreensão de fenómenos botânicos. - Com recursos às TIC - consulta da informação e aprofundamento relativamente às temáticas trabalhadas. - Com recurso às Expressões – Construção de "espantinhos" e de "maios". Desenhos de plantas, decompositores e insetos. Criação de folhetos e cartazes...

- Centro de Saúde, visita semanal de enfermeira às escolas;
- Centro de Solidariedade de Braga (Projeto Homem; Projeto Atena);
- CFAE Braga-Sul - Centro de Formação de Associação de Escolas Braga/Sul
(formação de pessoal docente e não docente);
- Colégio de S. Caetano (cedência de espaços);
- CPCJ – Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (Projeto de Mediação Escolar;
encaminhamento de alunos; participação no CGT);
- Cruz Vermelha Portuguesa (Projeto +Atitude no âmbito do PORI; transporte de
alunos);
- DGIDC – Direção Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular (Plano da
Matemática);
- Escola Secundária Alberto Sampaio (desporto escolar – Ginástica Artística);
- Escola Secundária de Maximinos (desporto escolar – Orientação; Centro de Novas
Oportunidades);
- Fundação Ilídio Pinho (Concurso Ciência na Escola);
- IDT – Instituto da droga e da Toxicodependência (Projeto +Atitude no âmbito do
PORI – Plano Operacional de Respostas Integradas; requisição de
conferencistas para sessões com os encarregados de educação);
- ISAVE – Instituto Superior de Saúde do Alto Ave (promoção da higiene e saúde
oral);
- Juntas de Freguesia de Maximinos, Ferreiros, Gondizalves e Semelhe (colaboração,
entre outras, em atividades das escolas, material de limpeza, cedência de
espaços);
- Laboratórios de Fotografia KOY e Foto Landya (CEF – Cursos de Educação e
Formação; participação no CGT);
- Museu D. Diogo de Sousa (atividades das escolas);
- Museu da Imagem (CEF; participação no CGT);
- Museu dos Biscainhos (atividades das escolas);
- Programa Ciência Viva;
- Projeto A.C.A.N.J.A. - Associação CANJA – Centros de Apoio Nacional a Jovens e
Adultos (a funcionar na junta de freguesia de Maximinos);
- Rede Social de Braga/ Projeto Homem.

Anexo 11 - Cronograma de atividades

Anexo 12 - Cronograma de atividades desenvolvidas no AE Maximinos ano letivo 2014/2015

Mês Dia	Setembro	outubro	novembro	dezembro	janeiro	fevereiro	março	abril	maio	junho
Domingo						1	1			
Segunda	1			1		2	2			1
Terça	2			2		3	3			2
Quarta	3	1		3		4	4	1		3
Quinta	4	2		4	1	5	5	2		4
Sexta	5	3		5	2	6	6	3	1	5
Sábado	6	4	1	6	3	7	7	4	2	6
Domingo	7	5	2	7	4	8	8	5	3	7
Segunda	8	6	3	8	5	9	9	6	4	8
Terça	9	7	4	9	6	10	10	7	5	9
Quarta	10	8	5	10	7	11	11	8	6	10
Quinta	11	9	6	11	8	12	12	9	7	11
Sexta	12	10	7	12	9	13	13	10	8	12
Sábado	13	11	8	13	10	14	14	11	9	13
Domingo	14	12	9	14	11	15	15	12	10	14
Segunda	15	13	10	15	12	16	16	13	11	15
Terça	16	14	11	16	13	17	17	14	12	16
Quarta	17	15	12	17	14	18	18	15	13	17
Quinta	18	16	13	18	15	19	19	16	14	18
Sexta	19	17	14	19	16	20	20	17	15	19
Sábado	20	18	15	20	17	21	21	18	16	20
Domingo	21	19	16	21	18	22	22	19	17	21
Segunda	22	20	17	22	19	23	23	20	18	22
Terça	23	21	18	23	20	24	24	21	19	23
Quarta	24	22	19	24	21	25	25	22	20	24
Quinta	25	23	20	25	22	26	26	23	21	25
Sexta	26	24	21	26	23	27	27	24	22	26
Sábado	27	25	22	27	24	28	28	25	23	27
Domingo	28	26	23	28	25		29	26	24	28
Segunda	29	27	24	29	26		30	27	25	29
Terça	30	28	25	30	27		31	28	26	30
Quarta		29	26	31	28			29	27	
Quinta		30	27		29			30	28	
Sexta		31	28		30				29	
Sábado			29		31				30	
Domingo			30						31	

Início atividades letivas	Reunião com diretores turma/educadora	Tu vales muito!
Final atividades letivas	"Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"	"A escolha certa!"
Interrupções letivas	"Família+perto, caminhando para o sucesso"	"Vem explorar o mundo das profissões!" (11º ano)
Feridos	"Dora, a exploradora vai envolver, participar e inclui!"	"Já estás orientado?" (12º ano)
Reunião Equipa GMOE	"CONVOSCO FUNCIONA (rios) "	Consulta psicológica individual

Anexo 12- Caso observação/perfil psicológico H.

Perfil psicológico caso H.

Tabela 7: Principais informações recolhidas/Perfil psicológico do H.

Áreas fortes	Áreas Fracas
Dados da história	
Ambiente família nuclear dentro da normalidade	Às 48h do seu nascimento o H. foi para a incubadora por apresentar sinais de desidratação (falta de leite materno)
Filho único e vive com os pais	A mãe encontrava-se desempregada
O pai tinha emprego	Desenvolvimento motor tardio (2 anos e alguns meses). Passava o tempo deitado, noutra posição caía.
Era a mãe quem levava e trazia o H. da escola, almoçando em casa	Nível socioeconómico e sociocultural dos pais baixo
Fez rastreio auditivo, mas com resultado negativo	Aquisição linguagem tardia (expressou as primeiras palavras 3 anos, antes só produzia sons)
Os pais eram presentes e preocupados na vida do H.	Até aos 2 anos fez frequentes amigdalites e uma bronquiolite
Desde os 2 anos era uma criança saudável a nível da saúde/doenças	Atraso nas capacidades de motricidade global
Frequentou o Jardim de Infância desde os 20 meses de idade	Apresentou dificuldades no seu desenvolvimento
Começou a fazer Terapia da Fala por volta dos 3 anos	Atraso do Desenvolvimento da Linguagem (dificuldades na articulação de alguns fonemas)
Aos 4 anos iniciou a Terapia Ocupacional	Atraso de Desenvolvimento Psicomotor
Entrou aos 6 anos no 1º ano de escolaridade	Foi pedido adiamento da matrícula para o 1º ciclo
Com 7 anos frequentou novamente Terapia Ocupacional sensivelmente durante 3 meses	Dificuldades aos 7 anos de destreza manual, assim como na aquisição de conhecimentos por défice de atenção, memorização e sistematização das aprendizagens
Mantinha um sono adequado e recomendado, 10 horas noite	A higiene do H. não era autónoma, tendia pedir ajuda à mãe e esta retribuía o pedido
Alimentava-se adequadamente e fazia as 5 refeições (principais diárias)	Nos 3 períodos, do 1º ano de escolaridade obteve “Não Satisfaz” nas áreas curriculares de Português e Matemática.
No 2.º ano de escolaridade estava a beneficiar de apoio educativo 4 horas	No 1.º período, 2º ano escolaridade, a Português e Matemática obteve a menção qualitativa de “Insuficiente”

No 2º ano identificava alguns grafemas e lia alguns ditongos	No 2º ano apenas conseguia ler palavras muito simples como “pai” ou “tio” e necessitava soletrar e/ou enunciar letra a letra para formar sílabas
Conhecia o alfabeto (maiúsculo/minúsculo; manuscrito/impreso)	Não dominava o alfabeto, ou seja, nomeava as letras de forma não automática
Identificava os números até 19	Não dominava os números até 19
Conseguia dominar o conceito de mais/menos	Trocava o nome dos grafemas
	Não identificava números acima de 19
	Tinha dificuldades na realização de situações problemáticas simples de adição e subtração
	Dificuldade na motricidade fina
	Encontrava-se no 2º ano de escolaridade, mas a trabalhar conteúdos programáticos do 1º ano de escolaridade
Competências sociais	
Adaptação positiva à escola Gostava de agradar	Comportamento de alguma apatia e lentidão
Dados emocionais	
Era cordial e amigável	
Dados cognitivos	
Sem dificuldades ao nível: - Qualidades práticas, de compreensão e interesse - Capacidade e planificação através da estratégia viso-espacial - Capacidade de associar números a símbolos e de memorizar corretamente essas associações	QI de 67, colocando numa escala qualitativa de nível <i>muito inferior</i>
	Dificuldades ligeiras: -rapidez e precisão -capacidade de integração percetiva (estratégia de resolução de problemas) -conhecimento do vocabulário -memória visual e organização percetual (censo prático)
	Apresentou dificuldades na monitorização das tarefas escolares (lento a realizar tais tarefas)
	Limitações acentuadas: -organização temporal (conhecimentos gerais e específicos, memória episódica)

- capacidade de aprendizagem
- análise e integração perceptiva
- capacidade de síntese e integração de conhecimentos, capacidade em identificar e discriminar caracteres essenciais de não essenciais.
- raciocínio lógico-abstrato e planeamento
- organização perceptível/viso-construtivo
- lógica e raciocínio (cálculo mental)
- rapidez e processamento
- atenção e concentração
- memória auditiva
- memória imediata
- memória de trabalho

Fragilidade das competências linguísticas

O aluno apresentava Necessidades Educativas Especiais devido a dois fatores, igualmente importantes, cognitivos e familiares, cujas limitações do aluno poderão também dever-se ao nível sociocultural, considerado uma barreira/dificuldade.

Anexo 13- Caso observação/perfil psicológico N.

Descrição do caso N.

Identificação

Tabela 1: Dados biográficos e escolares do N.

Nome	N.
Sexo	Masculino
Data de Nascimento	24-07-2000
Idade	14 anos
Escola	Escola Secundária de Maximinos
Nível de Educação/Ensino	3º ciclo
Ano de escolaridade	7º ano
Número de retenções	2

Motivo do encaminhamento

A Diretora de Turma formalizou o pedido de encaminhamento do aluno N., para o serviço de Psicologia a 10 de novembro de 2014, através da Ficha de Encaminhamento. Tratava-se de um aluno com retenções escolares anteriores, no 6º e no 7º ano, na escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão, e que passou a frequentar o 7º ano de escolaridade, na Escola Secundária de Maximinos (ESMAX). Na base deste pedido encontravam-se os resultados do aluno em termos de aproveitamento escolar durante o 1.º período, tendo obtido nos primeiros testes de algumas disciplinas, classificação inferior a cinquenta pontos percentuais. Segundo a Diretora de Turma, o N., evidenciava falta de estudo e, querendo acautelar o risco de uma nova retenção, deu início ao processo de encaminhamento.

Mostra-se importante apresentar, na tabela 9, os dados do processo de atendimento.

Tabela 2: Dados processuais de atendimento do N.

Psicóloga	Dra. Sónia Dias
Motivo de encaminhamento	Dificuldades em aprender e insucesso consecutivo (duas retenções)
Problemática	Dificuldade em aprender
Local do atendimento	Escola Secundária de Maximinos
Data início do acompanhamento	4 de dezembro de 2014
Data fim o acompanhamento	26 de janeiro de 2015
Número de sessões realizadas com o aluno	2
Duração de cada atendimento	45 minutos

História Familiar

Segundo referido pelo aluno durante os atendimentos, o agregado familiar de N., tem a seguinte constituição: pai, 38 anos, tendo a profissão de Operador de Máquinas; mãe, 34 anos, com a profissão de Embaladora; um tio materno, com 18 anos, desempregado, tendo o 9º ano de escolaridade e um curso de jardineiro, contudo gostaria de ter um curso de audiovisuais; e por fim, a avó materna, com 59 anos, reformada, doente oncológica e com a visão muito reduzida. Os horários dos pais são considerados normais, ou seja, 8 horas de trabalho diárias/diurnas.

O N. revelou ter boa relação com os pais e referiu que conversavam diariamente sobre vários assuntos. Mencionou que gostaria de ter um irmão mais novo para aprender a cuidar de alguém e vir a ser tio. Queria pedir uma consola portátil como prenda no Natal de 2014, cujo custo se cifrava em torno dos 400 euros, mas devido a um acidente de viação sofrido pelo seu pai, o que acarretou alguma instabilidade em termos financeiros para a sua família, optou por pedir roupa.

O N. partilhava o quarto com o tio desde os seus 5 anos de idade, mas referiu que, por vezes, a relação com este não era a melhor, pois quando o tio saía à noite chegava a horas tardias acabando por o acordar, o que o aborrecia profundamente.

O N. apresenta-se como um adolescente relativamente instável a nível socioemocional, visto que o mesmo tem uma história de vida pautada por perdas e doenças na família alargada. A avó já tivera três maridos, tendo sido “traída” pelos três e no momento não tinha nenhum companheiro. Já haviam falecido duas tias maternas, uma com 5 meses de idade, e outra com 15 anos de idade, vítima de atropelamento. A bisavó materna já tinha amputado uma perna, a qual vivia com a tia/madrinha do N. na sua rua, com as quais o aluno estabelecia também contatos, diariamente, para ir brincar com o primo com 12 anos. Manifestou nutrir um carinho muito grande pela avó, sendo sua confidente e ajudando-a quando esta necessitava, mostrando uma enorme sensibilidade ao facto de esta estar a recuperar da sua doença.

História do desenvolvimento

Mostra-se importante mencionar, que durante a entrevista realizada ao aluno não foram abordadas outras questões exaustivamente, por parte da Psicóloga, relacionadas com o desenvolvimento do N., desde a infância até à fase atual, a adolescência. Também

não foi solicitada a comparência do Encarregado de Educação para uma eventual reunião, onde fosse possível reunir outro tipo de informações relevantes para o caso.

Em relação à saúde, o aluno mencionou que no ano de 2013, frequentara consultas de Psicologia por sentir dificuldades em dormir. Também chegou a comparecer a algumas consultas médicas pelo mesmo motivo, sendo-lhe então receitado *Valdispert*. Embora à data estivesse medicado, o aluno relatava que o seu problema relacionado com as insónias persistia. Por norma, deitava-se todos os dias por volta das 22:00h e levantava-se às 7:30 horas, cumprindo assim o número de horas recomendadas de sono. Referiu ainda, ter dificuldades em correr devido a um problema que tinha no pé, estando o mesmo devidamente justificado mediante relatório médico.

História escolar

Através da entrevista realizada com o aluno em atendimento, foi possível obter as seguintes informações: O N. não frequentou o ensino pré-escolar, tendo permanecido na companhia dos avós maternos, até à sua entrada no sistema de ensino oficial; fez o 1º ciclo em Gandra, e apesar de ter tido 4 professores diferentes ao longo desse ciclo de formação, concluiu o mesmo sem retenções; transitou para o 5º ano na Escola Frei Caetano Brandão; no 6º ano de escolaridade teve a primeira retenção e, novamente, no 7º ano de escolaridade, com seis disciplinas com classificação final de nível inferior a 3, Português, Matemática (3%), Físico-química, Francês, Inglês e Educação Física.

No que concerne aos relacionamentos interpessoais com os colegas, eram considerados saudáveis. Na escola e fora desse contexto mencionou um total de seis amigos especiais com quem gostava de conviver. Já na relação com os professores o aluno apresentava, por vezes, dificuldades no relacionamento com estes, culminando por vezes em algumas situações de conflito, habitualmente derivadas do facto do aluno ser irrequieto e apresentar dificuldade em manter a atenção e concentração nas aulas. O facto de ser muito distraído e apresentar muita resistência na realização das tarefas era motivo para estar constantemente a ser chamado à atenção pelos professores. Por vezes o aluno reagia de forma inadequada para com o professor, nesse momento da chamada de atenção, respondendo-lhe com um tom de voz mais elevado e com vontade de sair da sala, contudo não o fazia mas ficava “amuado”, por julgar que o professor não tinha razão.

Apesar disso, indicou sentir ser “feliz” na escola e gostava de todas as disciplinas, embora sentia dificuldades na disciplina de Educação Visual por ser lento na realização

das atividades propostas e na disciplina de Educação Física por não conseguir correr devido ao problema que tinha no pé.

Em relação aos estudos, indicou que no momento não tinha qualquer apoio extraordinário, na escola ou em outro contexto. Referiu que apenas teve explicações no 6º ano letivo, mas por não ter tido resultados melhores não continuou a obter esse apoio. O aluno reconheceu dedicar pouco tempo ao estudo, preparava os momentos de avaliação na véspera e não planificava as suas atividades. Em casa apenas utilizava os manuais escolares quando lhe eram propostos Trabalhos Para Casa (TPC). Não tinha por hábito fazer resumos para os momentos de avaliação e o seu estudo baseava-se na leitura desorganizada do manual juntamente com os poucos apontamentos que retirava das aulas.

Frisou ainda, o facto de já no 1º período, 2014/2015, ter obtido 7 níveis inferiores a três, tendo tido as seguintes classificações:

Tabela 10: Classificações 1º período ano letivo, 2014/2015 de N.

Disciplina	Notas negativas	Disciplina	Notas positivas
Português	2	Educação Moral e Religião Católica	4
Matemática	2	Francês	3
Ciências Naturais	2	História	3
Geografia	2	Educação Tecnológica	3
Educação Visual	2	Inglês	3
Educação Física	2	Oferta Complementar	3
Física Química	2		

O aluno indicou que o objetivo após concluir o 9º ano passaria pelo ingresso num curso de carácter Técnico Profissional, de cozinha (por gostar de cozinhar), ou outro que iria ainda explorar mais tarde. A Psicóloga fez-lhe perceber que mesmo que siga por esse tipo de formação também terá de se esforçar para trabalhar.

Descrição intervenção e perfil psicológico do N.

Os atendimentos com o aluno realizaram-se na escola que frequentava, nomeadamente, na ESMAX, no gabinete de Psicologia. O primeiro atendimento ocorreu no dia 4 de dezembro de 2014, às 10h15m e o segundo a 26 de janeiro de 2015, às 11 horas.

Como objetivo inerente ao primeiro atendimento surgia a pretensão da Psicóloga em estabelecer uma relação terapêutica com o aluno e recolher informação através de uma entrevista informal.

Nesse atendimento, a Psicóloga recebeu o aluno, cumprimentou-o e perguntou-lhe como se encontrava, convidando-o de seguida a sentar-se. Posto isto, apresentou a estagiária e fez o pedido de autorização, para que esta se mantivesse no gabinete e observasse o atendimento, ao qual o aluno não se opôs. Numa mesa redonda, o aluno ficou voltado de frente para a Psicóloga e a estagiária permaneceu na mesma mesa entre ambos. A Psicóloga questionou o aluno acerca do conhecimento que tinha sobre o motivo pelo qual se encontrava em consulta de Psicologia. O N. referiu que a Diretora de Turma já havia conversado previamente com ele e lhe tinha explicado que devido às dificuldades que apresentava (insucesso escolar) seria importante ser apoiado pela Psicóloga.

Para que o N. percebesse que estar em consulta de Psicologia não tinha uma conotação negativa perante o olhar dos seus pares e com o intuito de mostrar que o seu caso não era único em atendimento, a Psicóloga promoveu um diálogo com o aluno, onde referiu o exemplo de outros dois colegas de turma que estavam em atendimento individual no SPO.

No seguimento deste momento de forma maioritariamente informal, iniciou a entrevista ao aluno. Num plano inicial de intervenção, as temáticas abordadas tinham por objetivo, essencialmente, a obtenção de dados biográficos, o registo das características do jovem e a recolha de informações do seu meio familiar. Desta forma, a Psicóloga procurou entender a sua realidade a nível escolar (percebendo a relação entre pares, professores, funcionários, métodos de estudo, rendimento académico, rotinas, entre outros) e claro, iniciar uma relação terapêutica essencial ao processo de acompanhamento. Por se aproximar do limite de tempo previsto para o atendimento, a Psicóloga deu por terminado o primeiro atendimento e agendou o seguinte com o aluno, em horário acordado por ambos. Aludiu que se por motivos maiores o aluno não pudesse comparecer deveria pedir na escola para entrarem em contacto com a Psicóloga e fazer o aviso, que a mesma, caso viesse a não poder, também o comunicaria através dos Assistentes Operacionais e/ou professores. Despedindo-se seguidamente.

Devido à insuficiência de tempo para dar por finalizada a entrevista, o objetivo da primeira sessão não ficou integralmente cumprido. Assim, o objetivo do 2º atendimento passou a contemplar também, a continuidade da entrevista iniciada nesse primeiro atendimento. Este segundo atendimento só ocorreu no dia 26 de janeiro de 2015, pelas 11:00 horas, pois a falta de comparência do aluno a dois atendimentos previamente agendados e a interrupção letiva das férias de Natal, inviabilizaram a sua realização mais cedo.

No início deste segundo atendimento, o aluno foi questionado se durante o espaço temporal entre os dois atendimentos existiu alguma mudança significativa a nível de escola, pessoal e/ou familiar que fosse pertinente partilhar, ao que o mesmo respondeu negativamente, referindo que nada se tinha alterado. A Psicóloga inquiriu ainda o aluno acerca do motivo pelo qual este não compareceu no atendimento agendado e a um outro reagendado através da Diretora de Turma. O aluno mencionou que no primeiro atendimento agendado teve de ir para casa para apoiar a avó (não estando os pais e o tio em casa). No outro tivera aproveitado a companhia de um colega para ir almoçar a casa. A Psicóloga fez entender ao aluno que a falta de comparência do mesmo aos atendimentos não era benéfico, no sentido de não o poder ajudar conforme seria pretendido. Além disso, foi relembrado ao aluno que existindo um acordo, este deveria de ser cumprido por ambas as partes, mostrando que no caso de ser a Psicóloga a ter a necessidade de faltar aos atendimentos agendados também teria o dever de comunicar ao aluno que não poderia comparecer, mas que essa obrigação também era do próprio aluno para com a Psicóloga.

Posto isto, a Psicóloga questionou e registou as datas previstas das fichas de avaliação de todas as disciplinas para o segundo período, com o objetivo de traçar um plano de apoio ao estudo ao aluno. Neste seguimento e considerando os resultados académicos baixos, as reprovações e o grau de escolaridade em que se encontrava, a Psicóloga propôs ao aluno ser importante dar continuidade aos atendimentos no sentido de serem trabalhadas com o aluno algumas estratégias de hábitos e métodos de estudo mais concordantes com as suas características e exigências do terceiro ciclo de formação. Ou seja, através da execução de um horário escolar semanal e planeamento de tarefas semanais referentes aos momentos de estudo diário. Foi abordada também a importância em estudar em locais próprios para o efeito, assim como estudar atempadamente para os testes, fazendo uma boa gestão do tempo. A Psicóloga referiu ainda, era importante ser estabelecido um contrato entre os dois. O papel da Psicóloga seria de sua mentora e iria apoiar o aluno a estabelecer alguns hábitos de estudo importantes, por seu lado, o aluno comprometer-se-ia a realizar essas tarefas entre os atendimentos. A Psicóloga pretendia que o aluno adquirisse um método de estudo considerado mais eficaz, tendo por base um plano de estudo delineado em comum acordo. Estando a terminar o segundo atendimento, a Psicóloga disse ao aluno que a sua primeira tarefa consistiria em trazer para a sessão seguinte um *Dossier* que seria organizado por ambos, ou seja, colocando separadores por disciplina de forma a colocar a matéria e resumos organizados. Terminado o atendimento, como de costume, a Psicóloga marcou novo horário de atendimento com o N. para dia 29

de janeiro às 15:15 horas e foram feitas as despedidas. Os objetivos referentes ao 2º atendimento ficaram então plenamente cumpridos.

O terceiro atendimento, objetivava colocar em prática condições para trabalhar com o aluno na promoção de autorregulação da aprendizagem (hábitos e métodos de estudo), nomeadamente, por meio do contrato, acordar um horário de estudo semanal e proceder à organização do *Dossier* de estudo. Contudo, este atendimento não se realizou, novamente, devido à falta de comparência do aluno.

Registe-se que o aluno não compareceu posteriormente a quaisquer outros atendimentos agendados apesar de a Psicóloga ter feito inúmeros esforços no sentido de reagendar as sessões seguintes. Deve ser mencionado que o atendimento é previamente marcado conjuntamente pela Psicóloga e pelo aluno, em consonância com as datas, dias e horas pretendidas e disponibilidade de ambos, ficando acordado que o aluno comparecerá no gabinete no dia e hora marcada. O cumprimento deste horário é a primeira indicação da disponibilidade, interesse e atitude do aluno perante o acompanhamento pela psicologia. Podemos dizer que o facto de o aluno ter comparecido ao primeiro atendimento, permitiria antever que o aluno iria ser cumpridor, responsável e que se encontraria interessado no acompanhamento por parte da psicologia, mas tal não se veio a verificar posteriormente. Por tudo quanto mencionado anteriormente os atendimentos no caso do N. não deram continuidade no ano letivo 2014/2015.

Assim, nos dois únicos atendimentos realizados ao N., foi possível concretizar uma entrevista, e transmitir ao aluno aquilo que se pretendia trabalhar ao longo das sessões seguintes, tendo em vista uma melhor organização no seu estudo.

A seguir, podemos verificar na tabela 11 as principais informações do perfil do aluno agrupadas em pontos fortes e fracos de forma a tornar a sua leitura mais intuitiva e clara.

Tabela 11: Principais informações recolhidas/Perfil psicológico do N.

Áreas Fortes	Áreas Fracas
Dados da história	
Ambiente família nuclear, pai e mãe, dentro dos parâmetros normais	Ambiente família alargada/próxima marcada por doenças (avó, cancro e visão e visavó, amputação perna)
Filho único	Contexto família alargada marcada por mortes (duas tias maternas, com 5 meses e 15 anos de idade)

Situação económica por vezes estável	Ambiente família alargada marcada por traições e separações (3 companheiros da avó)
Os pais tinham emprego	Contexto família alargada/próxima marcada por desemprego (tio)
Vivia com os pais, desde os 5 anos de idade também com a avó e o tio maternos	Nível sociocultural dos pais baixo
Relação muito próxima e apoiante com a família alargada, nomeadamente, avó, tio, visavó, tia/madrinha/ e primo (maternos)	A avó era reformada
A avó materna ficou com o aluno até a sua entrada no 1º ciclo	Não frequentou a creche e o pré-escolar Teve 4 professores diferentes durante o 1º ciclo de formação
Entrou aos 6 anos no 1º ano de escolaridade	Da transição para o 6º ano revelou uma descida do rendimento escolar
Não revelou dificuldades acrescidas durante o 1º ciclo	No 6º ano não transitou de ano (1ª retenção)
Transitou para o 5º ano de escolaridade	Revelou dificuldades na aquisição e consolidação de conhecimento no 6º e 7º ano de escolaridade
Não teve dificuldades no 5º ano de escolaridade	No 7º ano não transitou de ano (2ª retenção)
Tivera explicações no 6º ano de escolaridade	Era aluno repetente do 7º ano (ano letivo 2014/2015), sendo que no 1º período já se encontrava com 7 negativas
Era responsável perante situações/ assuntos familiares	Apresentava hábitos de estudo desadequados
Fazia por dormir as horas de sono recomendadas	Não se mostrava empenhado na aprendizagem
Tinha andado em consulta Psicológica no 1º ciclo devido às dificuldades de dormir	No momento atual não tinha qualquer apoio nos estudos
O médico receitara medicação (<i>Valdispert</i>) para as dificuldades que tinha em adormecer e manter o sono	Ainda sentia dificuldade em dormir, insónias
	Tinha dificuldade em correr, devido a um problema no pé
Competências sociais	
Adaptação positiva à escola	Não demonstrou ser responsável nos atendimentos e em questões da escola
Mantinha uma relação positiva, de cumplicidade e confiança com o grupo de pares	Tendia a não ter comportamentos ajustados e adequados com os professores em contexto de aula

Era sociável	A relação com o tio era instável
Boas capacidades de interação com os colegas	
Solidário e generoso com os outros (gostava de ajudar a avó, visavó e os pais)	
Dados emocionais	
Era cordial e amigável com os colegas e membros da família	Não demonstrou revelar-se preocupado com os resultados escolares, com os testes e exames
Referiu ser “feliz” na escola	Apresentava uma desmotivação perante a escola/estudos
Compreensível com a situação económica dos pais	Falta de gestão ao nível emocional (perante os problemas vividos na família alargada e com os professores)
	Comportamentos menos adaptativos em contexto de sala de aula
	Sentimentos menos positivos, focados em histórias vivenciadas pela família alargada
Dados cognitivos	
Era um aluno autónomo na sua locomoção e decisões	Indicou apresentar dificuldades em manter a atenção e concentração
	Apresentou dificuldades na monitorização das tarefas escolares (lento a realizar as tarefas)
	Demonstrou desistir facilmente da tarefa (quase nunca fazia a aula de Educação Física, os trabalhos de Educação Visual e os apontamentos nas aulas)
	Não tinha estratégias de autocontrolo

Devido ao facto de as consultas de atendimento não se terem prolongado, a Psicóloga não teve como dar seguimento aos atendimentos, logo não foi possível prestar mais indicações ao aluno acerca da forma como poderia autorregular a sua aprendizagem. A Diretora de Turma, conforme mencionado, teve sempre conhecimento das faltas do aluno, e agiu por diversas ocasiões como intermediária entre o aluno e a Psicóloga quando foi necessário proceder a reagendamentos de consultas. No entanto, todos estes esforços acabaram por se revelar infrutíferos. Nessas reuniões com a professora foram ainda dadas indicações acerca da importância do posicionamento do aluno na sala de aula em locais estratégicos, como por exemplo, numa mesa próxima ao professor e sugeriu-se, ainda, que se deveria questionar o aluno mais regularmente sobre a matéria que estava a ser lecionada, de forma a promover a sua atenção nas aulas.

Apesar do reduzido número de atendimentos realizados, foi comunicado à Diretora de Turma que, no ano letivo 2015/2016, o GMOE intencionava retomar os atendimentos com o aluno. Toda a informação recolhida foi colocada num processo arquivado no GMOE, do qual consta um Relatório com as principais conclusões dos atendimentos e que faz parte integrante do Processo Individual do Aluno, assim como as menções registadas em ata do Conselho de Turma dos atendimentos efetuados.

Anexo 14- Projeto/jogo “Eu e os Outros”

LEQ

Falso

não tem nada a ver comigo

Verdadeiro

tem tudo a ver comigo

Colocar um X no quadrado correspondente à sua opção	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Planeio e uso o meu tempo de forma eficiente.								
2. Sou bem sucedido em situações sociais.								
3. Quando trabalho num projecto, dou o meu melhor para que os detalhes estejam correctos.								
4. Se houver uma ideia melhor, mudo facilmente os meus pensamentos ou opiniões.								
5. Consigo fazer com que as pessoas trabalhem para mim								
6. Consigo manter-me calmo em situações stressantes								
7. Gosto de estar ocupado e activamente envolvido em actividades.								
8. Estou confiante de que tenho a capacidade de ser bem sucedido (a), em qualquer coisa que pretenda fazer.								
9. Não desperdiço tempo								
10. Sou competente em situações sociais.								
11. Tento obter os melhores resultados nas coisas que faço.								
12. Sou aberto(a) a novas ideias.								
13. Sou bom (boa) líder quando é necessário realizar uma tarefa								
14. Fico calmo e ultrapasso a ansiedade em situações novas ou que impliquem mudança.								
15. Gosto de ser activo e energético								
16. Quando me dedico mesmo a algo fico confiante de que terei sucesso.								
17. Sou capaz de gerir bem a forma como uso o meu tempo.								
18. Comunico bem com as outras pessoas								
19. Tento fazer o melhor que me é possível								
20. Sou adaptável e flexível na minha forma de pensar e ideias								
21. Como líder, quando é necessário realizar uma tarefa, motivo bem as outras pessoas.								
22. Mantenho-me calmo quando as coisas correm mal.								
23. Gosto de ser uma pessoa activa, que se envolve nas coisas								
24. Acredito que consigo.								



TU...ALINHAS EM JOGAR?

MAS ANTES PRECISAMOS
DEFINIR ALGUMAS COISAS
IMPORTANTES...

As
regras...



Somos um grupo, e vamos jogar em
grupo, por isso ...

Participação

Assiduidade/Pontualidade

Respeito pelas opiniões dos outros

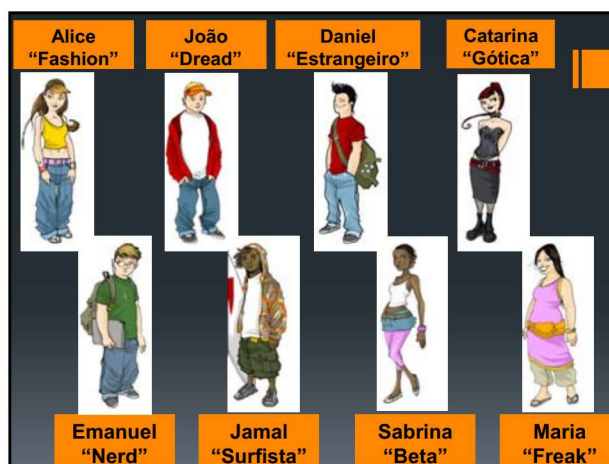
Responsabilidade nas opções tomadas

Os assuntos discutidos em jogo,
ficam somente no tempo de jogo

Saber ouvir... para ser ouvido

Não há opções certas nem erradas... Tudo é aprendizagem

As
personagens...



A História...

5. Amores e desamores...

"Não confundas o amor com o delírio da posse (...) Porque, contrariamente à opinião comum, o amor não faz sofrer (...) Eu sei assim reconhecer aquele que ama verdadeiramente: é que ele não pode ser prejudicado. O amor verdadeiro começa lá onde não se espera mais nada em troca..."

Antoine de Saint-Exupéry

Vão participar connosco nesta história ...

Queres conhecê-las???



Quem são elas...?

Os amigos descrevem-na
como estando sempre
zangada com qualquer coisa

Interessa-se por temas místicos e
pelo ocultismo

Pais estão separados e dão -se mal um com o outro

Desconfiada e meio casmurra

14 anos

CATARINA
(gótica)

O seu grande medo é não encontrar ninguém que venha a
ser o seu grande amor

diz que não acredita nisso do
amor e que os rapazes são
todos parvos.

Às vezes dá consigo no chuveiro a
pensar se não haverá alguma coisa
errada consigo



Não gosta de alcunhas

Gosta de música pesada.

Irmão tem 17 anos

Inteligente

Não é católica

Aquário

Vive com a mãe e o irmão

Usa roupas largas e de tons alegres

Gosta de ir ao cinema, ler e escrever

É uma pacifista

Gostava de entrar para o curso
de Serviço Social

MARIA
(smile)

Interessa-se por questões ecológicas

15 anos

Gosta de música Trance

Tem como sonho dar a volta ao mundo de mochila às costas

Detesta conflitos e discussões

Vive com os pais

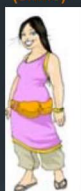
Adora um bom petisco, em especial
bacalhau com natas o que se traduz na
sua tendência para o gorducho

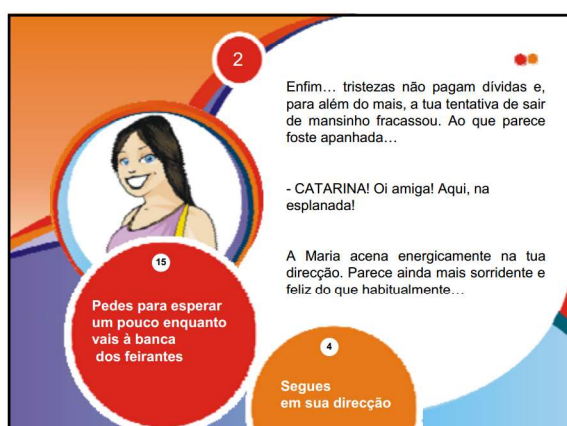
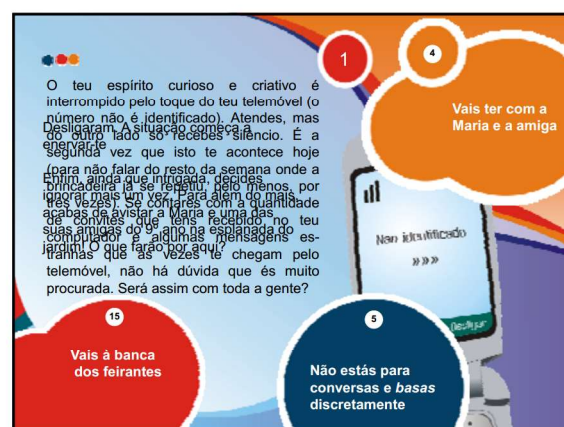
romântica e sensível. Emociona-se
facilmente com as cenas dos filmes

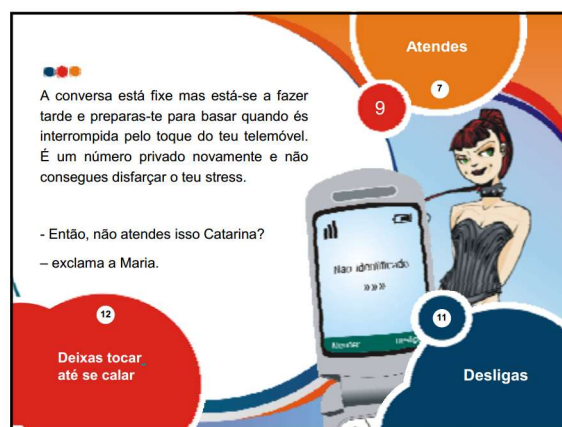
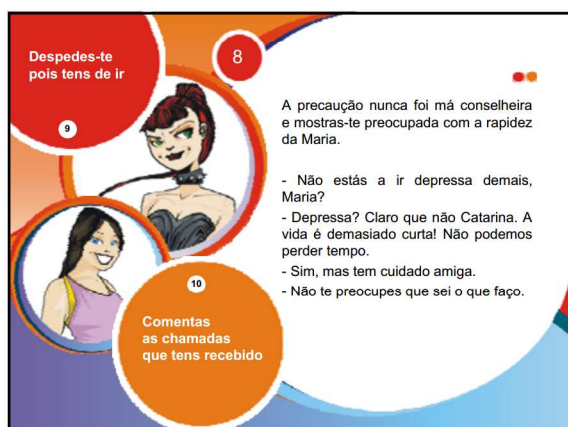
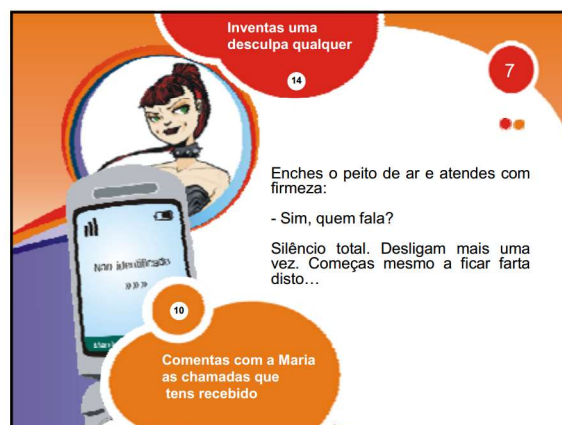
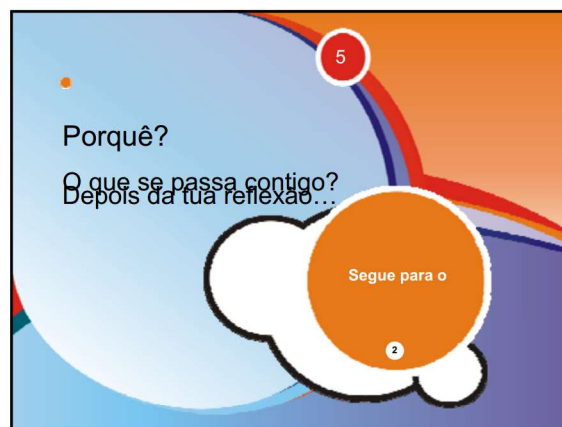
A mãe é professora mas está
desempregada e o pai é advogado

Carneiro

Tem dois irmãos







Os telefonemas misteriosos começam a aparecer e tu tens uma ideia de que o tipo tem alguma curiosidade em saber quem és tu e se a tua amiga também é. A tua amiga também recebe telefonemas misteriosos e responde a eles com uma resposta que tu não sabes o que é. Por vezes tens mesmo a sensação de que um dia vais encontrar a tua amiga na rua. Eram conhecidos de infância e tu não sabes o que é o outro "secreto". Catarina hoje não se encontra com a tua amiga e tu não sabes o que é o outro "secreto".

10 Dizes que o melhor é esquecer isto

24

20 Perguntas o que faria a tua amiga no teu lugar

25 Comentas a tua vontade em descobrir quem é

11 Parece-te mais do mesmo e não estás com o paciente para este tipo de brincadeiras. O que é, de qualquer forma, algo que não arde a longo prazo. Não sentes alguma curiosidade sobre o autor dos telefonemas misteriosos. Enfim, pode ser que assim isto acabe!

10 Comentas com a Maria as chamadas que tens recebido

14 Dás uma desculpa

12 Comentas com a Maria as chamadas que tens recebido

10

Já calculas do que se trata e optas por deixar tocar até se fartarem.

- Então Catarina, não me ouviste? Atende o teu telemóvel!

Tu...

14 Dás uma desculpa

13 Despedes-te e segues para a escola

26

Do quê? Depois disso...

10 Comentas com a Maria as chamadas que tens recebido

14 Qual? Depois disso...

26 Despedes-te e segues para a escola

10 Comentas com a Maria as chamadas que tens recebido

15 Aceitas

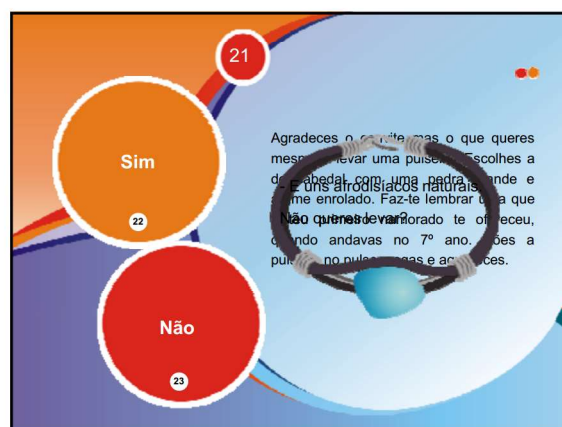
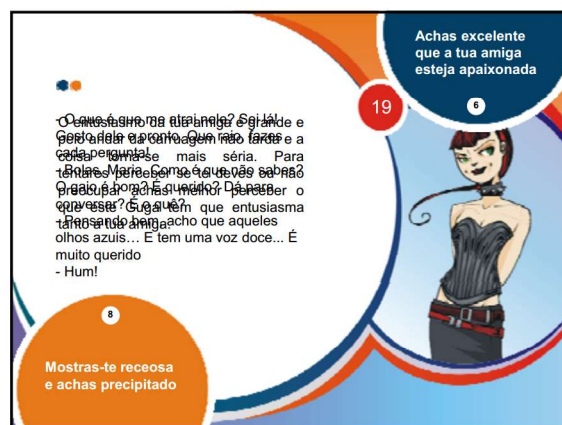
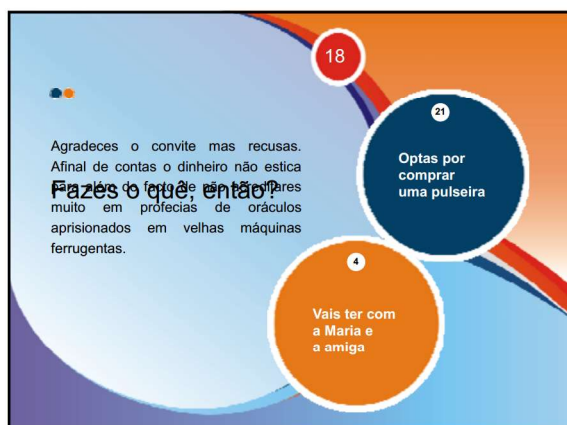
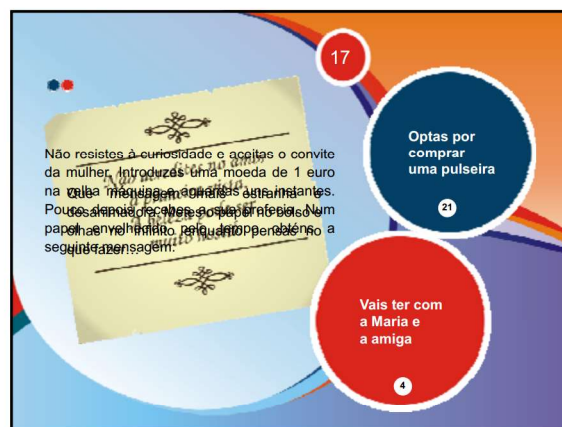
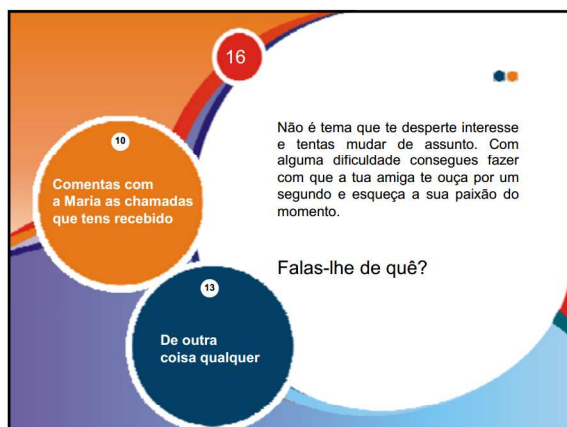
17

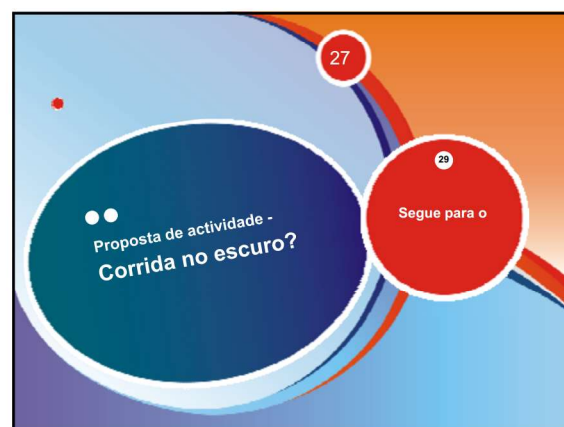
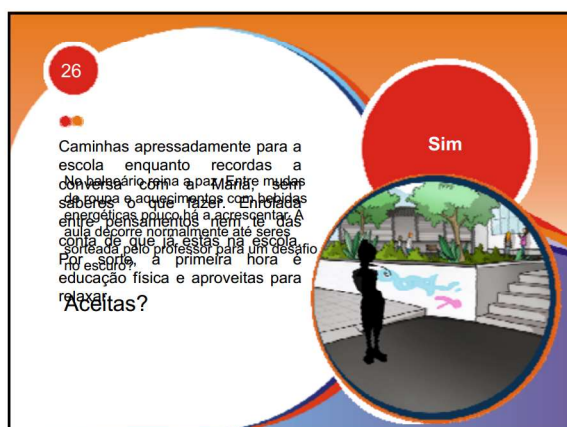
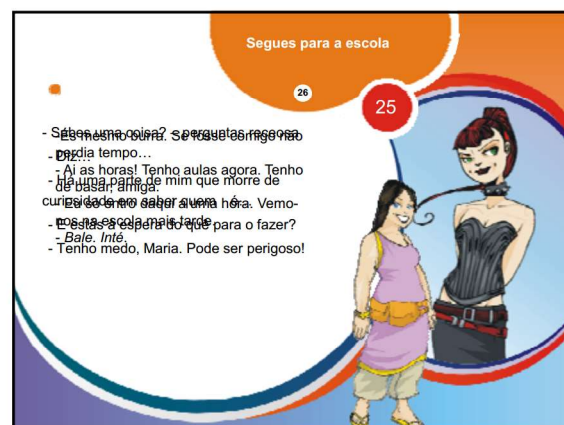
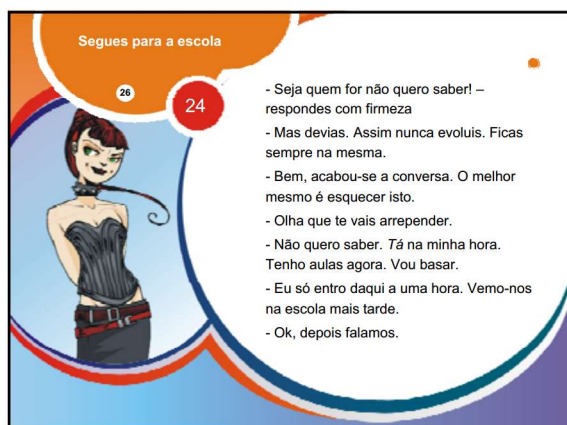
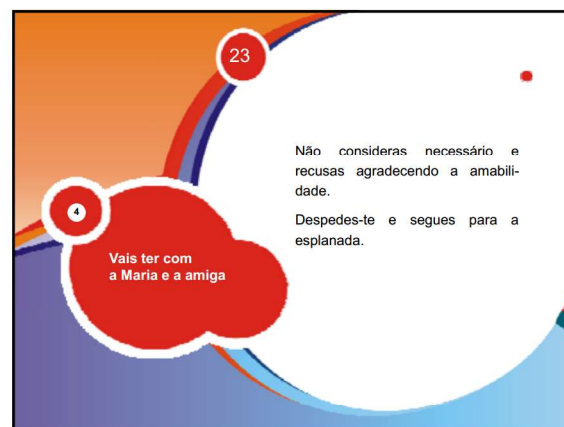
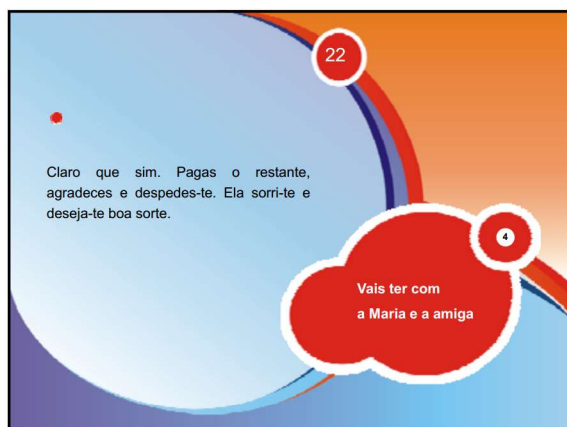
Afastas-te discretamente e aproximas-te da banca dos feirantes. Uma mulher de meia idade com um sorriso amigável e uma máquina num dos cantos. Entre aqueles espaços chama a tua atenção. É um oráculo. Queres experimentar? E só 1 euro! - exclama a feirante.

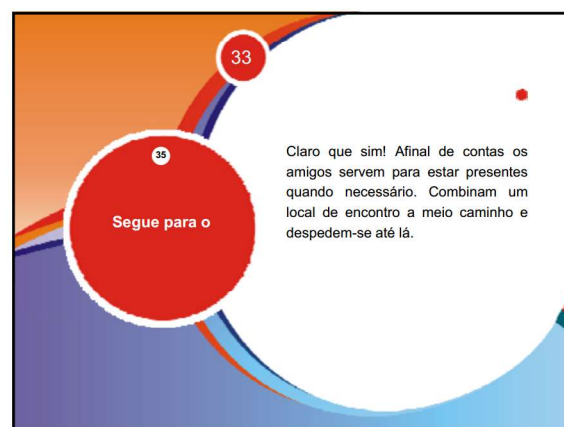
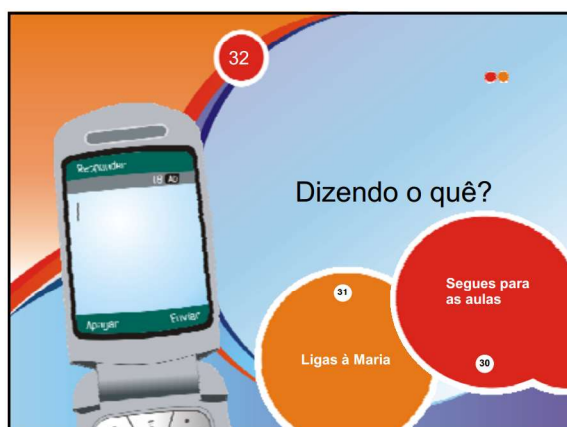
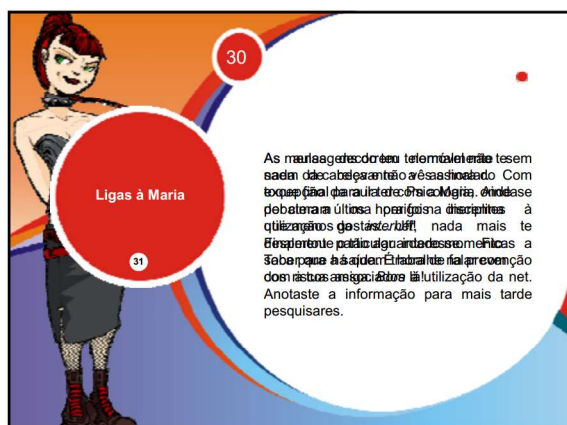
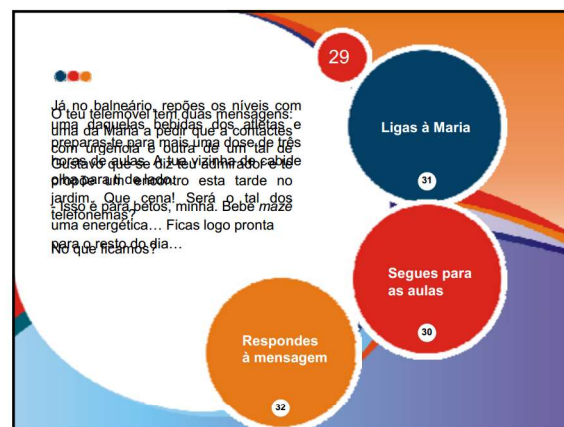
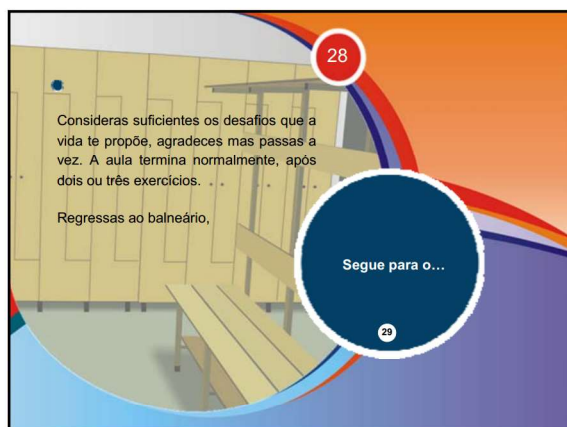
- Tou só a ver, obrigada.

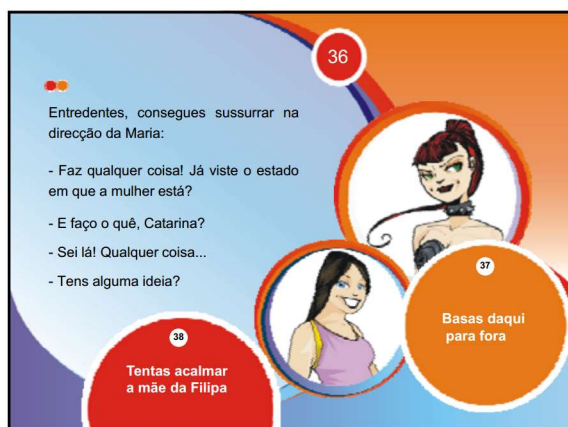
18 Agradeces mas recusas

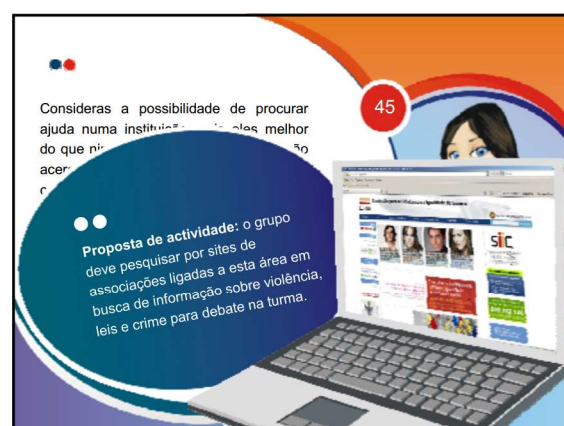
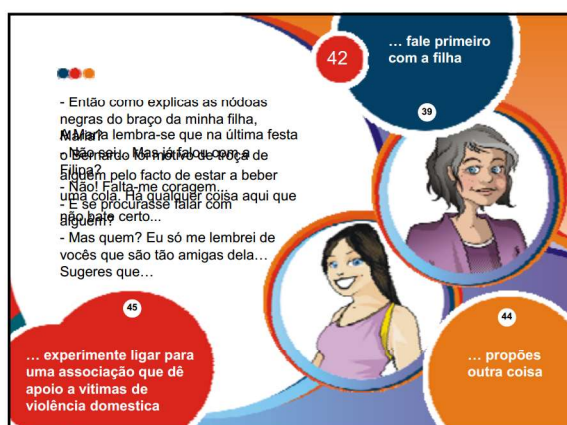
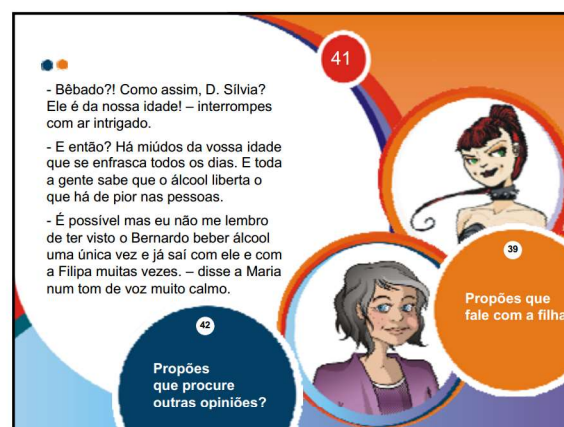
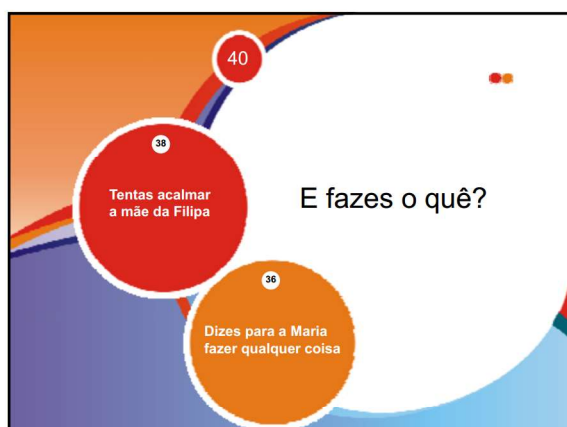
21 Optas por comprar uma pulseira











46

Lamentas pela tua incapacidade em lidar com este tipo de situação mas não regressas com ela. Talvez que te possam explicar o que se passou. A Maria Filipe e a Filipa pedem-lhe que aguardes um pouco enquanto ela tenta acalmar a senhora e regressar juntas.

47

Segue para



47

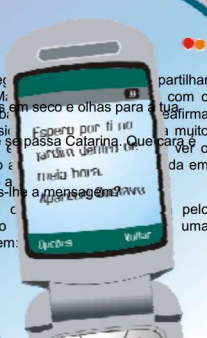
Já de regresso com a Maria Filipe e a Filipa, elas tentas disfarçar sem dar muito nas vistas. Ela não parece ter percebido o que se passou. Catarina, que estava estranha, agora parece mais calma. Mostra-lhe a mensagem que recebeu e ela também parece mais calma. Ela também parece mais calma.

48

Não

49

Sim



48

Claro que aproveitais a companhia da tua amiga para partilhar os últimos acontecimentos com ela...

No que é que ficamos?

- E do que é que estás a esperar, Catarina?

Vais lá ou não?

- Hum... Não sei... Confesso que estou curiosa mas tenho medo do que vou encontrar...

- És mesmo otária, amiga...

49

Vais

50

Não Vais



49

Os dois tentas disfarçar sem dar muito nas vistas. Ela não parece ter percebido o que se passou. Catarina, que estava estranha, agora parece mais calma. Mostra-lhe a mensagem que recebeu e ela também parece mais calma. Ela também parece mais calma.

50

Segue para o



50

A curiosidade é maior que o medo e decides ir até ao jardim conhecer esse tal de Gustavo. A Maria dá-te toda a força e pede-te que lhe ligués de seguida para saber como correu. Entretanto vai aproveitar para ver se consegue falar com a Filipa.

51

Segue para o



51

O medo é maior que a curiosidade e decides evitar esse tal de Gustavo. O melhor mesmo é seguir para casa.

52

Segue para o

Agradece mas recusas 57

- Gustavo?!
- Olá Catarina! Finalmente tenho o prazer de te conhecer pessoalmente...

O Catarina estava um pouco tímida, mas quando ele começou a falar, ela percebeu que ele era muito simpático e divertido. Ela decidiu aceitar o convite dele para ir ao jardim com ele.

Aceitas o convite 56

- Queres ir beber qualquer coisa ao café? – pergunta ele com ar envergonhado.

53

E então, no que é que ficamos? Vais lá ou não?

54 **Sim**

51 **Não**

54

60 **Segue para o**

A curiosidade é maior que o medo e decides ir até ao jardim conhecer esse tal de Gustavo. Vamos a isso!

55

Não estás para perder tempo com essas coisas e optas por ir directo para casa. A Catarina percebe que ele não quer perder tempo com ela e decide ir para casa.

56 **Aceitas o convite**

57 **Agradece mas recusas**

56

58 **Segue para casa**

57

A conversa está animada e o Gustavo surpreendeu-te pela positiva mas as horas não te permitem grandes aventuras. Recusas delicadamente e deixas no ar essa possibilidade para outra ocasião. Ele parece perceber-te e não insiste mas avisa-te que vai cobrar a promessa mais tarde.

Por hoje chega. Despedem-se e seguem caminhos diferentes. No regresso a casa não consegues parar de pensar naquele encontro. Será que te estás a apaixonar?

58 **Segue para casa**

64

Sim 57

Não 58

- Mas a postulação dessas coisas não se pode fazer assim, eu sei o que estou a fazer, ok? Mas se fosse por ele não utilizávamos protecção... era tudo ao mesmo tempo! Não achas que é precipitado?...
- Ainda não! É a primeira vez de uma semana que eu disse. - Foi o que eu disse. E como não havia solução... Fomos para casa! Cada um para a sua, claro já agora... porque é que não fizesse o teste?
- Mas não há teste para preservativo feminino. Sabias?
- Para quem critica estas muito bem informada!! Já viste algum, por acaso?

65

Sim 57

Não 58

- Ainda por cima! Nessas coisas não se pode ser tão maluca, Maria?
- Pois que não! É só porque ele não ouviu a minha voz, ok? Para na hora!
- Isso nunca! Tás maluca?
- Pois que não! É só porque ele não ouviu a minha voz, ok? Para na hora!
- Ainda não! É a primeira vez de uma semana que eu disse. - Foi o que eu disse. E como não havia solução... Fomos para casa! Cada um para a sua, claro já agora... porque é que não fizesse o teste?
- Mas não há teste para preservativo feminino. Sabias?
- Para quem critica estás muito bem informada!! Já viste algum, por acaso?

66

Se já o fizeste, segue para o 70

Perguntas-lhe se já falou a Filipa 60

A razão da tua censura não tem a ver com a idade ou com o ser uma relação que ainda está muito no seu início. Depois...

67

Se já o fizeste, segue para o 70

Perguntas-lhe se já falou a Filipa 60

Sim, viste um uma vez um preservativo feminino, numa campanha de prevenção de comportamentos sexuais de risco, que uma colega do teu grupo fez na tua turma no ano passado. O ambiente que disseram na altura, esta inovação permite mais autonomia à mulher. A Maria fica surpreendida com o teu nível de conhecimentos e diz que se vai informar sobre isso enquanto se derrete com as recordações do namorado...

68

Se já o fizeste, segue para o 70

Perguntas-lhe se já falou a Filipa 60

qualquer farmácia (ou mesmo a net - por acaso, já viste nenhum preservativo feminino, não já olviste www.apf.pt ou Coordenação Nacional para a Infecção VIH/SIDA) facilitará as relações de prevenção de comportamentos sexuais de risco que decorreu no início do relacionamento. Então, julgas que não será difícil obter mais informações sobre os ditos já que - Acho muito bem Maria. Faz isso!

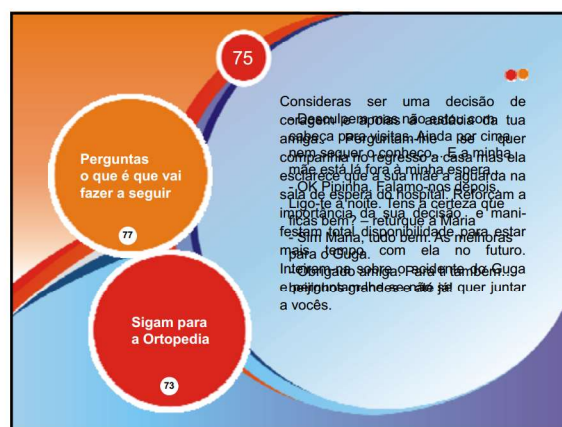
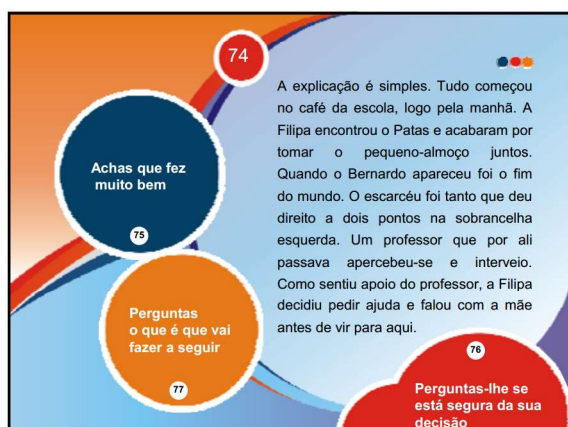
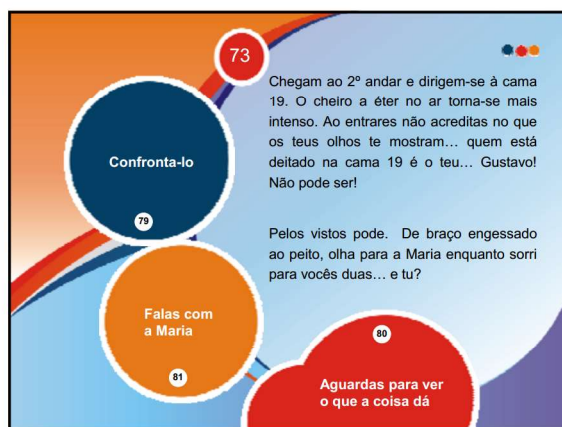
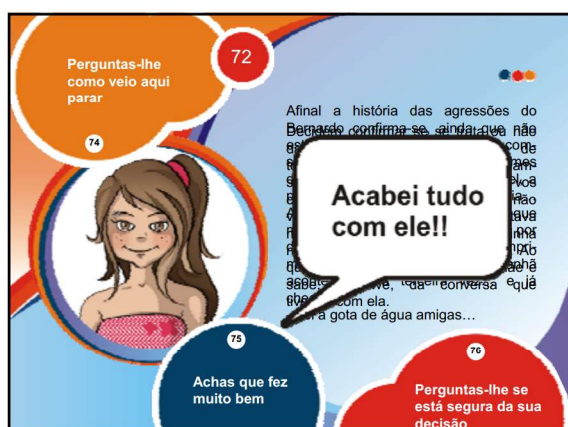
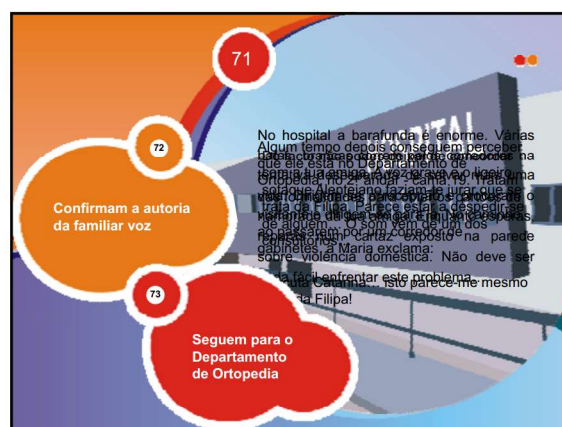
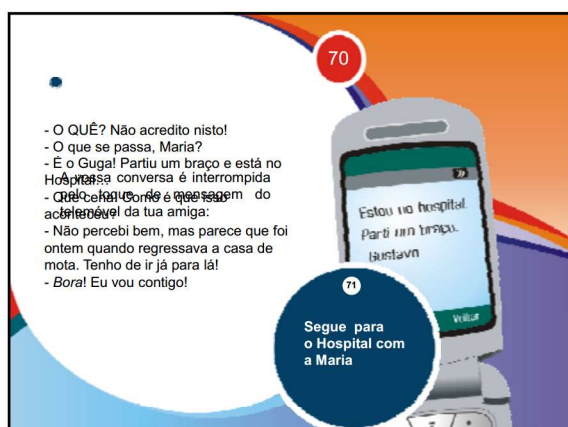
Para já...

69

Curtes a cena 62

Censuras a ideia e críticas 61

- A princípio ficou aborrecido... mas depois aceitou bem. Ele pensou que era Poes-te a imaginar à cena e não deixas de aquilo que eu queria... mas eu acho é ficar impressionada com a coragem da tua que era isso que ele queria. Eu também amiga queria, é claro, mas a partir de aí, depois de o complicado, miga, tu não mostras muita coragem. Como é que ele reagiu? Mostra-me... mas ele não está a perceber.... Foi uma confusão! Mas depois passou e voltámos a enrolarmo-nos... mas com limites.



76

Perguntas
o que é que vai
fazer a seguir

77

Sigam para
a Ortopedia

73

Dizes-lhes
que podiam pedir
ajuda profissional

78

Apesar da situação ser desastrosa, pensas que Maria tem razão e não se deve preocupar com o futuro? Não, não se deve preocupar com o futuro, mas com o presente. Não se deve preocupar com o futuro, mas com o presente. Não se deve preocupar com o futuro, mas com o presente.

77

Sigam para
a Ortopedia

73

Deixas a Filipa ir embora sem a despedida? Não, não a deixas ir sem a despedida. Não a deixas ir sem a despedida. Não a deixas ir sem a despedida. Não a deixas ir sem a despedida. Não a deixas ir sem a despedida.

78

Sigam para
a Ortopedia

73

Ainda que sintas a Filipa muito zangada, não vais falar com ela? Não, não vais falar com ela. Não vais falar com ela. Não vais falar com ela. Não vais falar com ela. Não vais falar com ela.

79

De que forma?

82

Com uma atitude
agressiva

83

De uma forma
assertiva

80

Falas com
a Maria

81

Alinhas na estratégia
dele e também finges
não o conhecer

84

86

Confronta-lo
com a verdade

Perante cenário tão bizarro, decides seguir o plano de Maria. Até que enfim que se cumprimenta a Maria calorosamente. Quando fazes a abordagem, no seu corpo. Uns afagos depois, a Maria apresenta-to com entusiasmo.

81

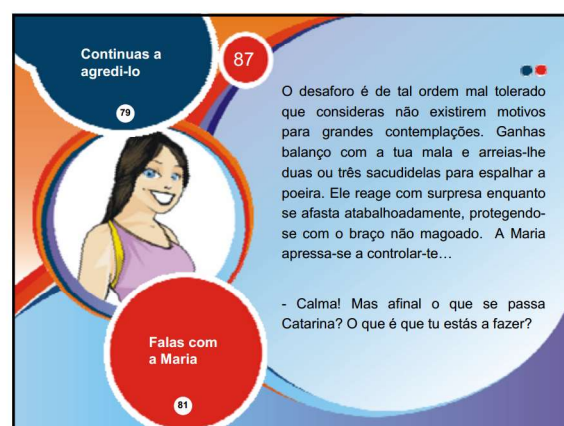
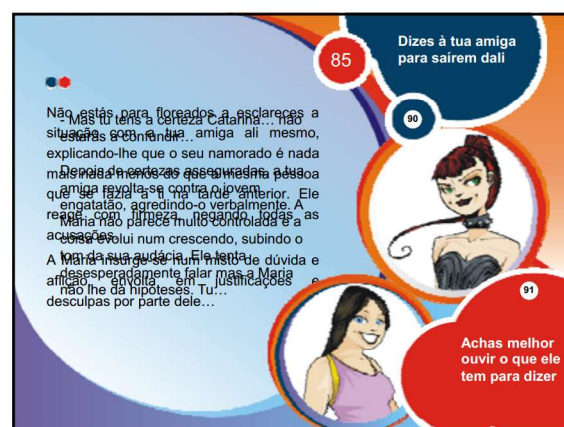
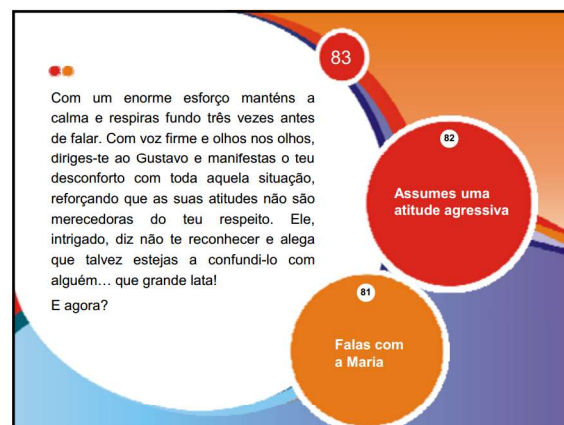
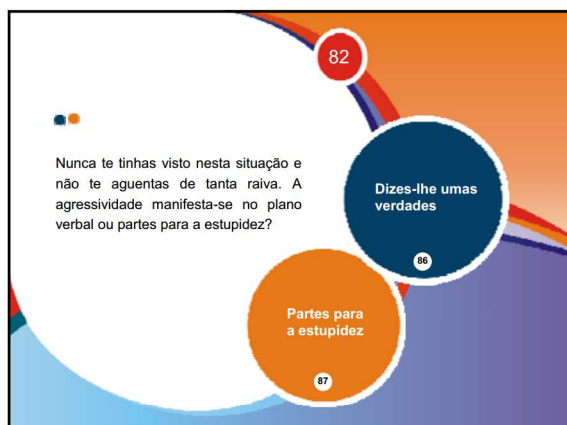
Falas
ali mesmo

85

92

Pedes para falar
com a Maria a sós

Estás a ficar confusa com isto tudo e decides falar com a tua amiga. Puxa-la para um canto ou falas à frente dele?

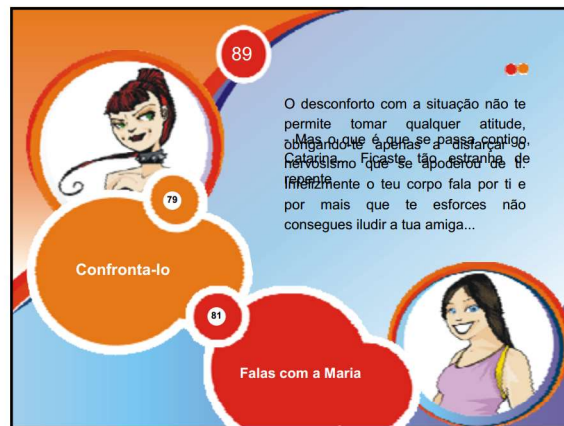




88

Optas por não dar nas vistas e assumes uma atitude descontrada na tentativa de enganar a Maria. Talvez tenhas esperança que o Guga fique contigo no futuro e não queres deitar tudo a perder. De todo o modo, esta não parece ser a melhor forma de lidar com o problema, muito menos de ganhar a confiança com a tua amiga. Dá uma resposta melhor...

O teu jogo termina aqui!



89

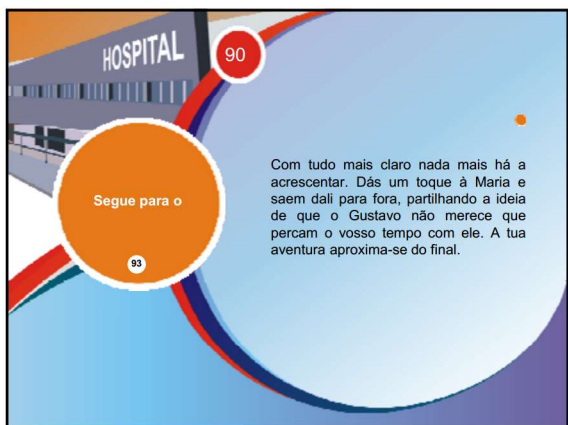
O desconforto com a situação não te permite tomar qualquer atitude, mas não desistas. O teu corpo fala por ti e por mais que te esforces não consegues iludir a tua amiga...

79

Confronta-lo

81

Falas com a Maria

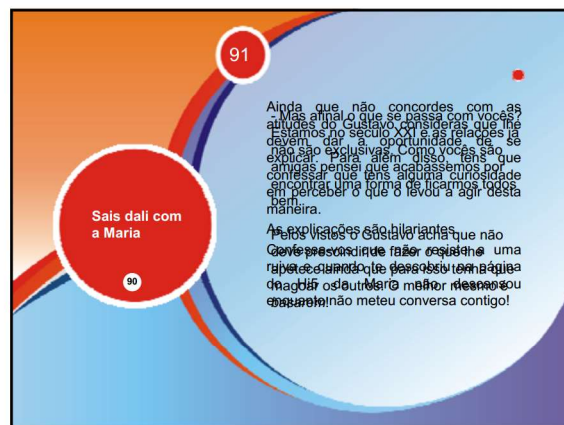


90

Com tudo mais claro nada mais há a acrescentar. Dás um toque à Maria e saem dali para fora, partilhando a ideia de que o Gustavo não merece que percam o vosso tempo com ele. A tua aventura aproxima-se do final.

93

Segue para o

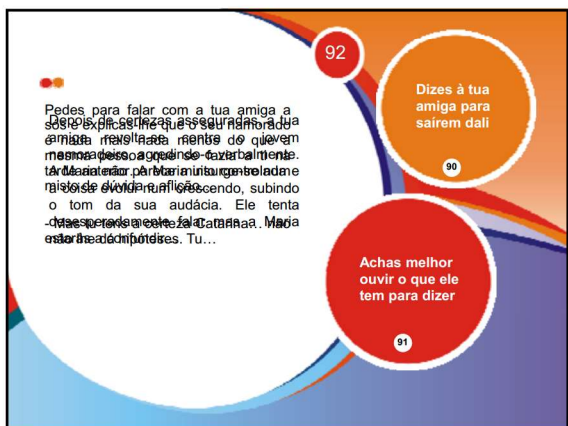


91

Ainda que não concordes com as atitudes do Gustavo, consideras que ele é o teu amigo e não queres que ele se vá sozinho. Para além disso, tens que ajudar a Maria a sair daqui. Como vós dois, não vais ficar aqui a chorar e a lamentar-te. És uma mulher forte e não vais deixar-te levar por um homem que não te merece. És uma mulher forte e não vais deixar-te levar por um homem que não te merece. És uma mulher forte e não vais deixar-te levar por um homem que não te merece.

90

Sais dali com a Maria



92

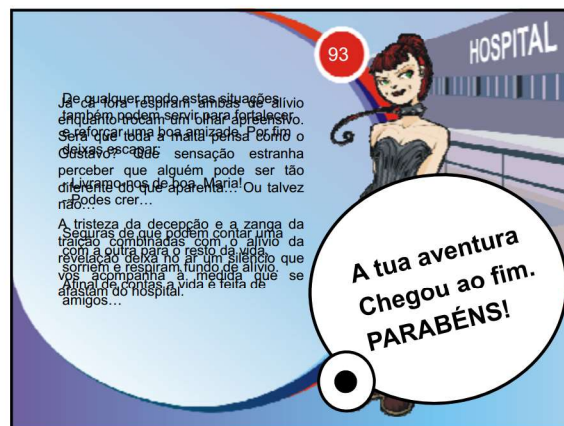
Pedes para falar com a tua amiga a respeito da situação e a Maria revela-te a amiga mais fiel que tens. Ela não quer que tu saias daqui sozinha e decide ir contigo. Ela não quer que tu saias daqui sozinha e decide ir contigo. Ela não quer que tu saias daqui sozinha e decide ir contigo.

90

Dizes à tua amiga para saírem dali

91

Achas melhor ouvir o que ele tem para dizer



93

Recebeste a notícia da saída de Gustavo e sentiste um alívio. A tua aventura chegou ao fim e estás a sair daqui. És uma mulher forte e não vais deixar-te levar por um homem que não te merece. És uma mulher forte e não vais deixar-te levar por um homem que não te merece. És uma mulher forte e não vais deixar-te levar por um homem que não te merece.

A tua aventura Chegou ao fim. PARABÉNS!

Anexo 15- Caso intervenção/perfil psicológico F.

Descrição do caso F. - Reavaliação cognitiva

Identificação

Tabela 18: Dados biográficos e escolares de F.

Nome	F.
Sexo	Masculino
Data de Nascimento	16-06-2003
Idade	11 anos
Escola	Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão
Nível de Educação/Ensino	2º ciclo
Ano de escolaridade	5º ano
Número de retenções	1

Motivo de encaminhamento

O F. foi referenciado pelo Conselho de Turma, através da Ficha de Encaminhamento, para a Psicologia, a fim de ser realizada uma reavaliação psicológica especializada, por forma a se identificarem atuais potencialidades e fragilidades cognitivas do aluno com o objetivo de se poder traçar um plano de ação/intervenção o mais ajustado possível às suas características e necessidades, tendo em vista o próximo ano letivo.

Importa referir que o F. apresenta no seu Processo Individual do Aluno (PIA), documentos nos quais se encontrava patente que ao longo da pré-escola, com 4 e 5 anos (2007/2008 e 2008/2009) o aluno apresentava um “ligeiro atraso cognitivo”. Esta informação foi novamente reforçada aquando do seu ingresso no primeiro ciclo de formação, 2009/2010, com 6 anos, que motivou a sua referenciação para a avaliação pela Educação Especial. A avaliação e análise, por parte da Psicóloga e Educação Especial da escola realizada nessa data, concluiu que não se encontravam reunidas as condições necessárias para elegibilidade do aluno para integrar o apoio, tendo em conta o Decreto-Lei 3/2008 de 7 de janeiro.

Apesar desta conclusão por parte dos técnicos, a mãe manteve-se atenta à evolução do seu educando. Estando preocupada com o desempenho escolar do F., por este revelar dificuldades nas atividades escolares, manifestou um elevado interesse numa nova avaliação e possível acompanhamento psicológico.

A Psicóloga recebeu esse pedido e acedeu ao desígnio de realizar uma nova avaliação cognitiva ao aluno. Por crer que seria uma boa oportunidade, delegou o caso à

estagiária com tais indicações e objetivos dos atendimentos, entrevista anamnese e avaliação cognitiva.

Dados do Processo

Tabela 19: Dados processuais de atendimento de F.

Psicóloga estagiária	Rosa Araújo
Psicóloga orientadora	Dra. Sónia Dias
Motivo de encaminhamento	Avaliação Cognitiva
Problemática	Dificuldade na Aprendizagem
Local do atendimento	Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão
Data início do acompanhamento	18 de maio de 2015
Data fim do acompanhamento	4 de junho de 2015
Número de sessões com aluno	3
Duração do atendimento	45 minutos
Reuniões com a encarregada de educação	1
Reuniões com a Diretora de Turma	2

História familiar

O aluno vivia com a mãe, 41 anos, Assistente em lar/centro social e Catequista, tendo o 12º ano de escolaridade, com o pai, Operador Fabril, tendo o 7º ano de escolaridade e com o irmão J., com 13 anos, a frequentar o 8º ano de escolaridade, na Escola EB 2/3Frei Caetano Brandão. Tanto a mãe como o pai mantinham trabalhos efetivos, o que poderá revelar alguma estabilidade financeira. A família pertence a um nível socioeconómico e sociocultural médio baixo.

Quanto à família alargada, além de outros não mencionados, é composta pelo avô paterno, Operário Fabril e a avó paterna, reformada. O avô materno era *disco-jockey* em festas e motorista no lar/centro de dia onde a mãe trabalhava. A avó materna era doméstica. O F. tem apoio da família alargada, ou seja, dos avós paternos e dos avós maternos. Devido ao trabalho dos pais, por vezes, o F. e o irmão ficavam em casa dos avós maternos, antes e/ou depois da escola e era o avô materno quem os acompanhava à escola. Os avós maternos ajudavam, ainda, financeiramente os pais do F. como no caso dos pagamentos das consultas, mas devido a doença/operações a que foram submetidos tendiam ajudar menos.

O aluno revelou ter uma boa interação e relação quer com a família nuclear, quer com a família alargada.

As atividades de lazer do aluno, por norma, consistiam em jantares com os pais e irmão à sexta-feira na zona da Apúlia e/ou Póvoa de Varzim. Aos domingos costumava ir almoçar a casa dos avós paternos e/ou ia para casa da avó materna e brincava com as primas, B. com 15 anos e a S., com 8 anos. Nas férias de verão fazia campismo em Viana do Castelo com a família nuclear, onde por vezes se juntavam duas primas. Todos os anos ainda faziam uma semana de férias no Algarve, num hotel, com a família nuclear. Frequentava os escuteiros com o irmão, brincava com o pai e irmão (jogos de tabuleiros) e jogava videojogos no *Tablet* e no computador. O F. referiu gostar de frequentar os escuteiros, contudo, quando o grupo organizava atividades e o aluno tinha de ficar longe de casa referiu sentir saudades de casa. Ainda neste seguimento o aluno partilhou que o seu guia (chefe dos escuteiros), aluno do 9º ano (da mesma escola que frequenta o F.) por vezes repreendia o aluno pela falta de autonomia e autoconfiança na realização das atividades o que causava alguma instabilidade emocional ao F.

História do desenvolvimento

A mãe referiu que o aluno apresentava um desenvolvimento dentro dos parâmetros normais. Em termos de gestação completou as 40 semanas. Quanto à aquisição da marcha ocorreu aos 13 meses. No processo de aquisição da linguagem revelou-se algo tardio, tendo pronunciado as primeiras palavras por volta dos 37 meses.

Alguns meses depois do seu nascimento os pais foram percebendo que o F. era um menino “especial”. Passou por vários diagnósticos para despiste de algumas problemáticas como Autismo, Síndrome de Asperger até ao último (5 de junho de 2009) em que foi efetivamente diagnosticado um ligeiro atraso no Desenvolvimento Cognitivo. O aluno ao completar os 6 anos apresentava um quadro de Perturbação Global do Desenvolvimento SOE (299.80), de acordo com o DSM-IV-TR. Nesse quadro, integrava um défice no desenvolvimento da interação social recíproca associado a um défice das competências de comunicação verbal e à presença de interesses e atividades estereotipados. O aluno frequentou desde os 5 anos de idade Terapia da Fala, Terapia Ocupacional e Pedopsiquiatria e Neurologia, por apresentar atraso no desenvolvimento. Estando o aluno com 6 anos de idade, foi realizado um pedido pela Psicóloga (externa à instituição) de Referenciação para Educação Especial do Agrupamento. A Psicóloga da instituição e a EE concluíram que o aluno apresentava apenas um ritmo de execução mais lento e revelava ligeira dificuldade ao nível de estruturação espacial e na linguagem falada. Contudo, era perceptível que o aluno tinha feito progressos com a Terapia da Fala.

Desta forma concluíram que não se encontravam reunidas as condições necessárias para elegibilidade do aluno para integrar o apoio, tendo em conta o Decreto-Lei 3/2008 de 7 de janeiro.

Refira-se, no entanto, que o F. foi acompanhado por uma Psicóloga externa à instituição até setembro de 2011, com consultas semanais e posteriormente quinzenais. Quando por razões de índole financeira (doença/operações avós F.) constituiu um dos motivos que levou a mãe do F. a prescindir das consultas regulares da psicologia.

O aluno encontrava-se medicado com os seguintes fármacos: *Rubifen* para estimulação da atenção e concentração especialmente em contexto de aula (1 comprimido de manhã e 1 à noite); *Valdispert* para dormir (1 comprimido à noite) e, com um *Spray* para a fossa nasal (1 vez à noite) devido a ter *Adenoides* tendo sido operado aos 6 anos, embora continuasse com dificuldades de respiração. Todas as noites dormia sensivelmente 9h, sendo que se deitava às 10:30h e levanta-se por volta das 7:00h. Fez rastreiros auditivos e visuais, mas não foi detetado qualquer problema. O aluno alimentava-se bem, fazendo as refeições diárias recomendadas.

História escolar

O F. não frequentou a creche, ficando ao cuidado da avó materna, até aos 5 anos, momento em que ingressa no ensino pré-escolar do Centro Social da Paróquia de Ferreiros. Ao nível de adaptação teve alguma dificuldade ao nível de socialização e por não gostar de ser contrariado. O aluno revelava algum atraso no desenvolvimento na linguagem e cognitivo, sendo que as aquisições de reportavam a uma criança de um grupo etário inferior à sua idade.

No ano letivo 2009/2010 ingressou no primeiro ciclo de formação na Escola Básica de Gandra, pertencente ao AE Maximinos. O aluno frequentou o 1º ano de escolaridade revelando dificuldades em todas as áreas curriculares, mas acaba por transitar de ano.

Matriculado no 2º ano de escolaridade, continuava a trabalhar ainda competências do 1º ano de escolaridade, revelava dificuldades de leitura e escrita bem como não identificava as letras do alfabeto. Na Matemática apresentava dificuldades ao nível de interpretação e na resolução de situações problemáticas, bem como na composição e decomposição de números, e no domínio das técnicas de cálculo. Era um aluno com pouca autonomia e muito lento na execução das tarefas que lhe eram propostas, necessitando de ser chamado à atenção para as terminar. Nesse ano usufruiu de Apoio Educativo com a

duração de duas horas e meia por semana, mas perante todas as dificuldades acabou por não conseguir transitar de ano.

Contando com uma retenção (2011/2012) no 2º ano de escolaridade, o aluno foi sujeito a um Plano de Acompanhamento (aplicável aos alunos que ficaram retidos) onde se podia ler que o aluno revelava diversas dificuldades, nomeadamente ao nível de pré-requisitos em Língua Portuguesa, Matemática, Estudo do Meio e Estudo Acompanhado. Revelava dificuldades na apreensão e compreensão de conhecimentos, expressão e compreensão escrita e oral com lacunas, cálculo mental e raciocínio lógico-dedutivo pouco desenvolvido e baixa autonomia na realização das tarefas, necessitando de controlo de trabalho nas aulas e em casa. Perante as dificuldades, voltou a usufruir neste ano de Apoio Educativo. Embora não tenha ultrapassado todas as dificuldades diagnosticadas, havia apresentado algumas melhorias a Matemática e Estudo do Meio, sendo que a Português ainda sentia dificuldades na interpretação de textos. Tendo ainda assim, transitado (2012/2013) de ano para o 3º ano de escolaridade e tendo continuado com os mesmos apoios nesse ano e quando à passagem para o 4º ano de escolaridade. No ano letivo 2014/2015 ingressou no 5º ano de escolaridade na Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão.

Quanto ao relacionamento interpessoal com os colegas era positivo e saudável, tinha amigos da sua e de outras turmas. Fora do contexto da escola, mencionou o amigo G., de Braga, que frequenta a mesma escola e que passava férias em Viana Castelo na mesma época que o aluno. Mantinha uma relação positiva, de cumplicidade e confiança com o grupo de pares. Quanto aos professores referiu que gostava de todos, bem como das disciplinas de Educação Visual e Educação Tecnológica, Educação Física, História, Inglês, Português e Matemática. As suas atividades preferidas na escola eram brincar, jogar à bola e conversar com os colegas.

No 5º ano de escolaridade, não teve nenhuma negativa no 1º e 2º período, e a classificação mais baixa (3) foi nas disciplinas de Matemática, Português e Inglês. Embora tenha tido estes resultados a Professora Titular de Turma refere que o aluno continua muito apático e lento nas tarefas.

O F. sente-se muito feliz quando alcança bons resultados nas avaliações, demonstrando alguma preocupação e interesse pela escola. Indicou, que por norma só estuda às sextas, sábados e/ou domingos, sensivelmente duas horas no total.

Caraterização atual/Perfil psicológico do F.

Antes de mais é importante mencionar que tinha sido solicitada a presença da Encarregada de Educação à escola para uma reunião, no início do atendimento, mas tal só foi possível no final dos atendimentos com o F., segundo a mãe, devido ao trabalho. O Processo do Aluno foi requisitado na escola onde o F. frequentava para a estagiária recolher mais informações.

Os objetivos iniciais para o primeiro atendimento prenderam-se essencialmente com o estabelecimento de uma ligação empática e com a recolha de informação, através de uma entrevista semiestruturada, onde a estagiária pudesse obter dados pertinentes a nível pessoal, familiar e escolar (percebendo a sua interação em todos os sistemas), relações interpessoais, atividades de lazer, entre outros, julgados importantes para a caracterização de uma criança da sua idade. Esta informação também foi útil para avaliar a estruturação e coerência do seu pensamento, discurso, raciocínio, capacidade de refletir, tomada de decisão e iniciativa, análise crítica e estabilidade emocional.

Os dois últimos atendimentos, objetivaram a aplicação da WISC-III (Wechsler, 2003) para se proceder à efetiva reavaliação do caso, de modo a perceber o nível atual de desenvolvimento cognitivo do aluno e, se fosse o caso, adequar as medidas necessárias. Denote-se que no dia da aplicação da WISC, a idade cronológica do F. era de 11 anos, 11 meses e 18 dias. Durante estes dois atendimentos, foram aplicadas todas as provas, excluindo a subescala opcional *Memória de Dígitos e Labirintos* pela indicação e sugestão da Orientadora de estágio que considerou não ser relevante a sua aplicação perante o sucesso da maioria das provas. Assim, podemos verificar de seguida, nas tabelas (20 e 21) os resultados obtidos em tal instrumento.

Tabela 20: Resultados obtidos na WISC-III, Subtestes do caso F.

Subtestes	Resultados brutos	Resultados Padronizados				
		Verb.	Real.	CV	OP	VP
Completamento de gravuras	24		14		14	
Informação	20	13		13		
Código	44		8			8
Semelhanças	16	11		11		
Disposição de Gravuras	32		11		11	
Aritmética	13	9				
Cubos	44		10		10	
Vocabulário	29	12		12		
Composição de Objetos	30		10		10	

Compreensão	15	10	10
(Pesquisa de Símbolos)	15	5	5
(Memória de dígitos)	-	-	-
(Labirintos)	-	-	-
Soma dos resultados Padronizados	55	58	46 45 13

113
Somatório da
Escala Completa

Tabela 21: Resultados obtidos na WISC-III, Escala QI, caso F.

	Resultado	QI/Índice	Percentil	<u>90</u> % Intervalo de confiança.
Verbal	55	106	55	99-112
Realização	58	111	77	102-117
Escala Completa	113	109	72	101-115
CV	46	109	72	101-115
OP	45	107	68	98-114
VP	13	81	10	76-94

Como é perceptível verificar os resultados permitiram aferir pela análise quantitativa que o F. apresentava um desenvolvimento cognitivo global dentro da *média* QI 109 (QIV 106 e QIR 111) quando comparado com pares da sua faixa etária.

Da análise dos índices fatoriais, verificou-se homogeneidade no seu desempenho quanto à *Compreensão Verbal* (QI 109) e *Organização Perceptiva* (QI 107) ou seja, situam-se nos limites *médio*, já na *Velocidade de Processamento* (QI 81) encontra-se num desenvolvimento cognitivo *médio inferior*, face aos parâmetros normativos estabelecidos para a sua faixa etária. É possível considerar que o aluno encontrava-se sem dificuldades, apresentando um conhecimento geral e organizado, boa memória de curto e longo prazo, compreensão e interesse, capacidade de síntese, integração de conhecimentos, habilidade em usar conceitos numéricos abstratos e operações numéricas, interpretação de situações sociais, boas qualidades práticas e capacidade em verbalizar.

Contudo, foi possível concluir que o aluno apresentava dificuldades ao nível da coordenação visuo-motora, planificação, organização e discriminação perceptiva, bem como limitações na atenção, memória visual e memória de trabalho que dificultavam a

rapidez do processamento de informação. Assim, estes fatores aliados à história do aluno resultam na dificuldade ao nível da aprendizagem apresentada pelo aluno. O meio social e socioeconómico baixo no qual se inseria podiam também não ser abonatórios para o seu desenvolvimento mais positivo. Deste modo, seria necessário o acompanhamento psicológico com um processo de intervenção que contemplasse a promoção de competências emocionais e cognitivas.

Embora no que se refere aos hábitos e métodos de estudo, o aluno não tenha sido avaliado pelos métodos mais adequados para esse propósito, pois apenas se tenha considerado a entrevista, concluiu-se que nesta área e no que respeita à gestão do tempo do F. eram desadequados. O F. não tinha por hábito fazer resumos para os momentos de avaliação, sendo que o seu estudo baseava-se na leitura desorganizada do manual. Só estudava ao fim de semana, preparava os momentos de avaliação na véspera e não planificava as suas atividades. Considerando que podem surgir dificuldades perante as exigências do processo de transição para um novo ciclo de formação, 6º ano de escolaridade, verificamos a necessidade de intervir também a este nível.

Importa realçar que a postura do aluno perante os atendimentos foi linear e constante, tendo um comportamento assíduo e pontual, trabalhador, empenhado e, acima de tudo, muito cumpridor. Contudo, foram perceptíveis pequenas dificuldades na manipulação do lápis, implicando rapidez e precisão, resultando na lentidão da realização das tarefas.

Para além das sessões com o aluno, conforme anteriormente referido, foi realizada uma sessão com a Encarregada de Educação do F. para apresentar os resultados obtidos na avaliação e aferir alguns dados superficiais (devido à escassa duração da entrevista) do seu desenvolvimento histórico. Esta sessão tinha por objetivo não apenas a partilha de informação, mas, essencialmente, o intuito de se poder delinear um plano de ação de apoio ao F. no contexto familiar, o mais ajustado quanto possível às suas características e necessidades, tendo em consideração que o próximo ano letivo é um ano terminal de ciclo, com lugar à realização de exames nacionais.

Foram, por isso, dadas indicações à mãe/encarregada de educação para em casa apoiar mais o aluno nos seus estudos, fosse definido um horário e estudo, de preferência, antes da hora do jantar, longe de outros estímulos que pudessem ser fonte de distrações, deveria acompanhar os manuais e as matérias de forma a poder auxiliarem o aluno, nunca esquecendo a importância de manterem sempre o contacto com a Diretora da Turma.

Foi observado/acompanhado desde os 5 anos em Psicologia, Terapia da Fala, Pedopsiquiatria e Neurologia até 1º ano do 1º ciclo	Aos 6 anos apresentou um ritmo de execução mais lento, revelava dificuldade ligeira ao nível de estruturação espacial e na linguagem falada
Iniciou o 1º ciclo de formação aos 6 anos, encontrando-se apto para iniciar o processo de aprendizagem da escrita, leitura e cálculo	Foi referenciado para adiamento de matrícula no 1º ano de escolaridade
Obteve de Apoio Educativo do 1º ano ao 4º ano de escolaridade	Frequentou o 1º ano de escolaridade com dificuldades em todas as áreas curriculares
Transitou no 1º ano de escolaridade	No 2º ano continuava a desenvolver competências do 1º ano de escolaridade
Capacidade visual normal	Revelava (2º ano) dificuldades de leitura e escrita e não identificava as letras do alfabeto
Capacidade auditiva normal	Tinha (2º ano) dificuldades a Matemática, interpretação e resolução de situações problemáticas, bem como na composição e decomposição de números, e no domínio das técnicas de cálculo
Ambiente familiar dentro do que é considerado normativo	Teve uma retenção no 2º ano de escolaridade, ou seja, aos 7 anos
Os pais do G. eram atentos e preocupados no desenvolvimento do F.	Repetente no 2º ano revelou dificuldades na apreensão e compreensão de conhecimentos reduzidos, expressão e compreensão escrita e oral com lacunas, cálculo mental e raciocínio lógico-dedutivo pouco desenvolvido e autonomia na realização das tarefas, necessitando de controlo de trabalho nas aulas e em casa
A família proporcionava um bom suporte familiar ao F.	Era um aluno com pouca autonomia e muito lento na execução das tarefas que lhe eram propostas, necessitando de ser chamado á atenção para terminar as tarefas que lhe eram solicitadas.
Ambos os pais encontravam-se empregados, a situação económica era estável	Não tinha nenhuma negativa, no 1º e 2º período do 5º ano de escolaridade
Os avós maternos ajudavam economicamente o F.	Continuava com pouca autonomia e muito lento na execução das tarefas que lhe eram propostas
Alimentava-se adequadamente	
Era autónomo e independente na sua higiene	
Relacionava-se adequadamente com os membros da família	Nível socioeconómico e cultural dos pais médio baixo

Tomava <i>Rubifen</i> para estimulação da atenção e concentração	Apresentava alguns hábitos de estudo menos favoráveis (organização de estudo e tempo)
Tomava <i>Valdispert</i> para dormir	
Colocava um <i>Spray</i> para a fossa nasal para problemas de <i>Adenoides</i>	
Demonstrava algum empenho na aprendizagem	
Gostava da escola e das disciplinas	
Tinha algum apoio dos pais e do irmão nos estudos	
Os pais proporcionavam bons momentos em família, em tempos de férias e ao fim semana	
Competências sociais	
O F. era uma criança educada	Pouco comunicativo
Boa interação e relação na família quer nuclear, quer na família alargada	Dificuldades moderadas em estabelecer relação com o chefe escuteiros
Adaptação positiva na integração na escola	O aluno tinha dificuldade de comunicar, nos acampamentos, essencialmente com o chefe dos escuteiros e com os Professores (embora dizia gostar destes)
Comunicava e interagia devidamente com os colegas de escola	
Mantinha uma relação positiva, de cumplicidade e confiança com o grupo de pares	
Demonstrava ser responsável na presença nos atendimentos e nas aulas	
Dados emocionais	
Sentia-se feliz quando estava com a família	Instabilidade emocional quando se ausentava de casa aos fins semana
	Demonstrava ser uma criança tímida
	Apresenta dificuldade em manter contato ocular
	Revelou ser preocupado com os resultados escolares, com os testes e exames
Dados cognitivos	

Aluno encontrava-se sem dificuldades:

- conhecimento geral e organizado
- boa memória curto e longo prazo
- compreensão e interesse, capacidade de síntese e de integração de conhecimentos
- habilidade de usar conceitos numéricos abstratos e operações numéricas
- interpretação de situações sociais
- qualidades práticas e capacidade em verbalizar

Apresentou dificuldades acentuadas ao nível:

- coordenação viso-motora, planificação, organização e discriminação perceptiva
- atenção, memória visual e memória de trabalho que dificulta a rapidez do processamento de informação

- O meio social e socioeconómico baixo no qual se insere podiam prejudicar o seu desenvolvimento positivo

- Todos os fatores acima referidos aliados á história do aluno, resultaram na dificuldade ao nível da aprendizagem apresentadas pelo aluno.

Resultante da avaliação atual revelou-se, portanto, a pertinência do apoio pela psicologia ao F. no próximo ano letivo, caso haja essa possibilidade no Agrupamento, tendo sido apresentado um conjunto de estratégias necessárias, mas salvaguardando que no próximo ano letivo deva ser realizada uma nova avaliação e intervenção ao F. avaliando as áreas cognitivas, a leitura, a escrita, a autoestima, o autoconceito e métodos e hábitos de estudo (autorregulação da aprendizagem).

Posto isto, em seguida, serão descritos os objetivos e proposta de intervenção por parte da estagiária para que, com base nos dados obtidos, no ano letivo, 2015/2016 e se tais dificuldades persistirem, pudessem ser implementados.

Objetivos e a proposta de intervenção

- ✓ Promoção na autonomia, autoconhecimento, autoconceito e a área emocional;
- ✓ Promoção de estratégias e hábitos de estudo adequados;
- ✓ Estimulação da atenção e concentração.

Estratégias de intervenção

- ✓ Enfatizar os aspetos positivos da sua personalidade, ao nível do seu desempenho em casa, com os pais e na escola;
- ✓ Elogiar e valorizar os progressos apresentados;
- ✓ Enfatizar as aprendizagens e as atividades bem-sucedidas;
- ✓ Demonstração de expectativas positivas em relação às suas potencialidades;

- ✓ Explorar e trabalhar o modo como o aluno se relaciona e/ou interage com os outros (e.g., Professores);
- ✓ Explorar as narrativas face a todos os momentos em que se sente triste (explorar quando é que isso acontece, em que situações e o porquê);
- ✓ Explorar as emoções primárias, tais como, a tristeza, e a alegria;
- ✓ Facilitar a sua expressão emocional e conseguir ultrapassar o estado de ânimo, por exemplo quando está triste;

Hábitos e métodos de estudos

- ✓ Realização de um horário escolar;
- ✓ Realização de uma tabela de planificação de atividades, considerando os momentos de avaliação do aluno e o seu horário de estudo realizado;
- ✓ Transmissão de estratégias de estudo adequadas ao seu nível de formação académico;
- ✓ Realização de exercícios para aplicar algumas estratégias de estudo transmitidas;
- ✓ Incentivar o aluno para a leitura (em exemplo, ir à biblioteca da escola, sugerir livros para ler, adequados à idade).
- ✓ Preparar o aluno para lidar com o final de ciclo no próximo ano (2015/2016).

Medidas pedagógicas

- ✓ Elogiar e valorizar, sempre que necessário, os progressos apresentados pelo aluno;
- ✓ Incentivar e elogiar, a participação e o esforço desenvolvido;
- ✓ Demonstrar expectativas positivas em relação ao aluno;
- ✓ Deve ser colocado num local próximo ao professor de modo a que seja mais apoiado.
- ✓ Deve ser frequentemente questionado sobre a matéria dada na aula de modo a concentrar a sua atenção.

Encarregada de Educação

- ✓ Definir um horário e local específico para a realização dos trabalhos escolares, antes da hora do jantar;
- ✓ Incentivar o aluno na leitura e escrita;
- ✓ Incentivar a jogos, palavras cruzadas, jogo das diferenças;
- ✓ Elogiar e valorizar, sempre que necessário, os progressos apresentados pelo aluno;
- ✓ Incentivar e elogiar, a participação e o esforço desenvolvido;
- ✓ Demonstrar expectativas positivas em relação ao aluno.

Anexo 16- Programa “Dora, a exploradora vai envolver, participar e incluir!”

ROSA





Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



Nome?

Quem o escolheu?

Gosta do seu nome?

Sabe porque deram esse nome?



ROSA






Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

As Psicólogas:
Rosa Araújo
Sónia Dias

Índice:

- ★ Papel do psicólogo escolar;
- ★ Porque envolver os pais/encarregados de educação no programa;
 - ✧ Metáfora *Regar as flores*
- ★ A importância do papel da família para o bom desenvolvimento da criança, ao nível pessoal e social;
- ★ A importância da relação **pais-escola**;
- ★ A importância da escola/jardim de infância;
- ✧ **Participação** dos pais na escola
- ★ O que vamos desenvolver durante as sessões;



Dora saudá os pais e convida-os a explorarem juntos!

1ª SESSÃO



Papel do psicólogo escolar:

Os psicólogos ajudam as crianças a serem bem sucedidas;

Nível académico	Nível social	Nível emocional
-----------------	--------------	-----------------



FICHA TÉCNICA PROGRAMA:

Tema do programa: Competências socioemocionais

Título do programa: *Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir.*

Objetivos Gerais:

Crianças:

- Visa proporcionar o desenvolvimento e intensificação de diversas competências do domínio pessoal, emocional e social junto das crianças;
- Inculcar nas crianças comportamentos adequados que favoreçam a aprendizagem;
- Contribuir para o desenvolvimento integral e a valorização escolar das crianças evitando o abandono e absentismo escolar;
- Permitir a educação, compreensão e reconhecimento do respeito pelas diferentes culturas.

Pais/Encarregados de Educação:

- Promover a reflexão para o seu papel enquanto principais agentes educativos e responsáveis pelo crescimento e desenvolvimento saudável dos seus educandos.

Nº de sessões: 12 sessões

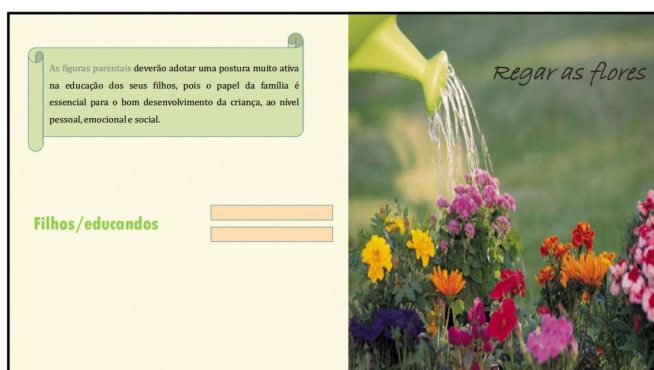
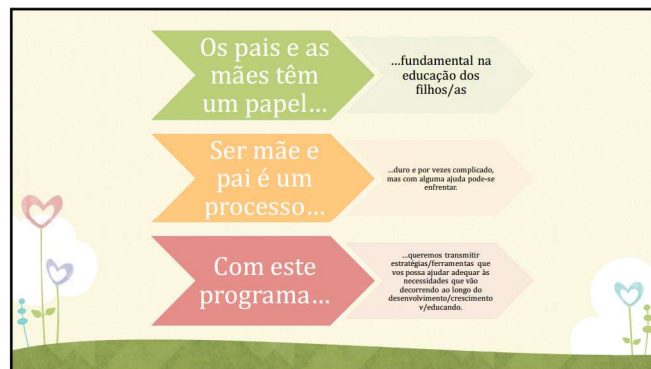
Duração: 60 minutos

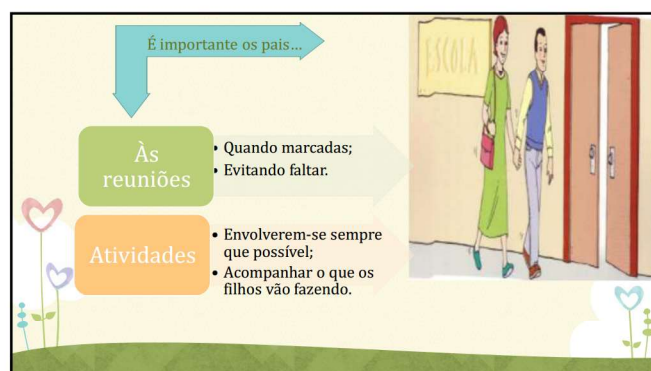
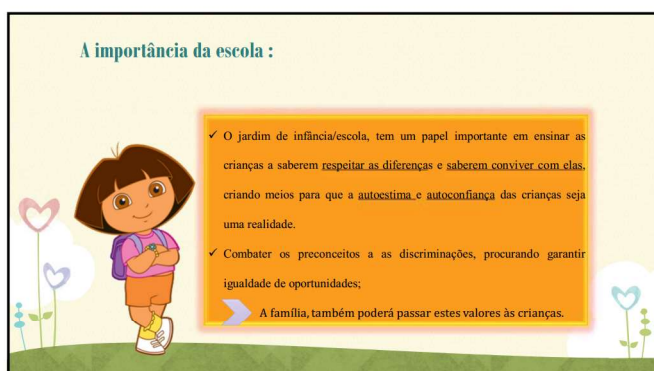
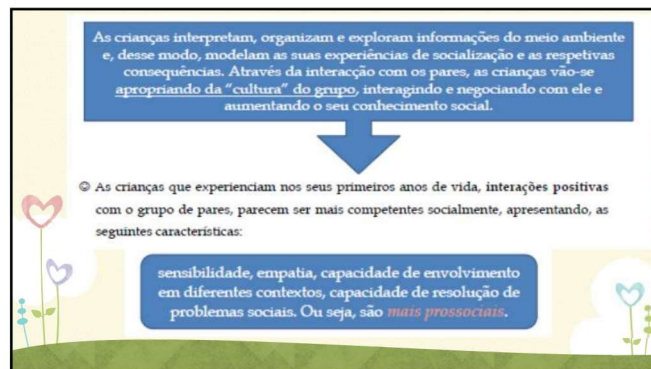
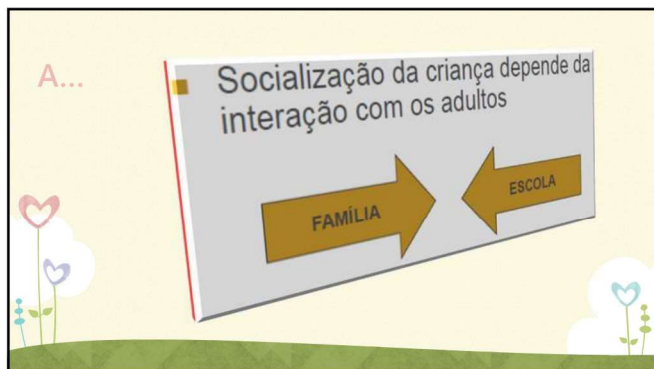


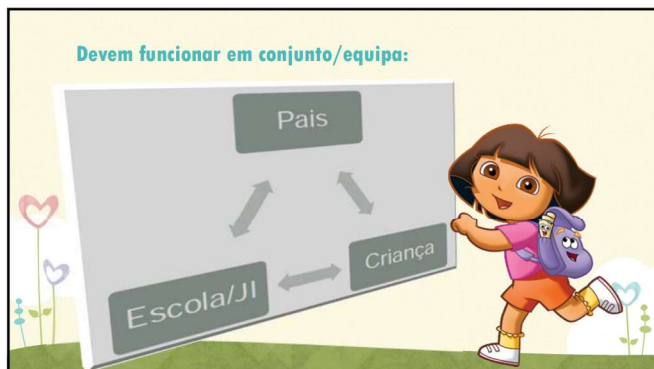
Todas as crianças são únicas e especiais...

... atravessam ao longo do seu desenvolvimento diversas etapas, podendo vir a apresentar dificuldades emergentes no processo de crescimento, que podem conduzir a consequências negativas nas suas vidas futuras.









Programa: Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir

Sessão 1- Dora saúda os pais e convida-os a explorarem juntos!

Sessão 2- Dora explora estratégias com a Educadora.

Sessão 3- Dora dá as boas vindas às crianças e exploram juntas as regras!

Sessão 4- Dora explora a disciplina.

Sessão 5- Dora explora o comportamento.

Sessão 6- Dora explora os pensamentos.

Sessão 7- Dora explora as emoções e os sentimentos.

Sessão 8- Dora explora estratégias parentais!

Sessão 9- Dora explora, todos somos importantes!

Sessão 10- Dora, é "fixe" ser diferente!

Sessão 11- Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!

Sessão 12- Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!



2ª SESSÃO: Dora explora estratégias com a Educadora

❖ COMPREENDEMOS A ESCOLA COMO SENDO UM CONTEXTO IMPORTANTE PARA AS CRIANÇAS. POR ISSO, HAVERÁ DESTINADA UMA SESSÃO COM A EDUCADORA SOFIA, PARA EM CONJUNTO, DESENVOLVERMOS ESTRATÉGIAS QUE VÃO DE ENCONTRO ÀS NECESSIDADES INDIVIDUAIS DE CADA CRIANÇA.



3ª SESSÃO: Dora dá as boas-vindas as crianças e exploram juntos as regras

- HISTÓRIA CAPUCHINHO VERMELHO (ENVOLVER E GANHAR EMPATIA DAS CRIANÇAS);
- REGRAS DENTRO DA SALA E DURANTE AS SESSÕES;
- DESENHO PARA COLORIR DO CAPUCHINHO VERMELHO.

4ª SESSÃO: Dora explora a disciplina com as crianças.

- HISTÓRIA DO IRRE E O QUINTO;
- HISTÓRIA DA PULINHAS;
- IMAGEM MENINO E MENINA (IDENTIFICAR O IRRE);



7ª SESSÃO: Dora explora as emoções os sentimentos.

- IDENTIFICAÇÃO DAS 4 EMOÇÕES BÁSICAS (MEDO, TRISTEZA, ALEGRIA E ZANGADO);
- FAMÍLIA DOS SENTIMENTOS;
- DESENHOS PARA IDENTIFICAREM AS EMOÇÕES.



5ª SESSÃO: Dora explora o comportamentos.

- HISTÓRIA AS MÃOS NÃO SÃO PARA BATER
- HISTÓRIA DESCULPE-ME




6ª SESSÃO: Dora explora os pensamentos!

- HISTÓRIA OLÁ, EU SOU O PENSAMENTO
- HISTÓRIA OS SACOS DA PULA E DO PULA;
- DESENHO PARA COLORIR DA PULA E DO PULA;



EXEMPLO:

- António, Maria e José, expressam as emoções de modo diferente:
- António: não expressa os seus estados emocionais...mete para dentro....
- Maria: expressa os seus estados emocionais de forma desadaptativa...explode...leva tudo à frente....
- José: expressa os seus estados emocionais de forma adaptativa...expressa o que sente e o que pensa ...tendo cuidado de não magoar ninguém....



DEVEMOS ESTAR ATENTOS À FORMA COMO AS CRIANÇAS
MANIFESTAM AS SUAS EMOÇÕES E SENTIMENTOS:



10ª SESSÃO: *Dora, é "fixe" ser diferente!*

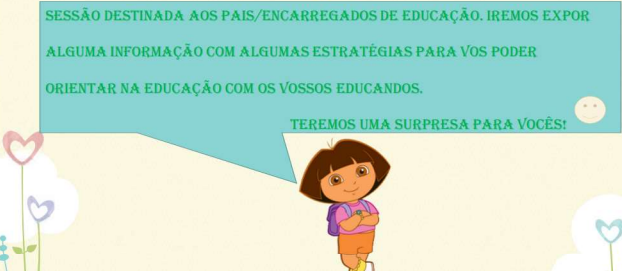
HISTÓRIA: É "FIXE" SER DIFERENTE?



8ª SESSÃO: *Dora, explora estratégias parentais!*

SESSÃO DESTINADA AOS PAIS/ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO. IREMOS EXPOR
ALGUMA INFORMAÇÃO COM ALGUMAS ESTRATÉGIAS PARA VOS PODER
ORIENTAR NA EDUCAÇÃO COM OS VOSSOS EDUCANDOS.

TEREMOS UMA SURPRESA PARA VOCÊS!



11ª SESSÃO: *Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!*

TAREFAS ANTES E DEPOIS DA ESCOLA.

RELAXAMENTO.

- Tomar o pequeno-almoço
- Tomar banho

GUIÃO DE RELAXAMENTO PARA CRIANÇAS



9ª SESSÃO: *Dora explora todos somos importantes!*

O QUE ACONTECERIA SE:

- ...os pregos que seguram os quadros saíssem para irermos passear?
- ...os nossos dentes se recusassem mastigar os alimentos?
- ...as rodas da bicicleta não quisessem girar/andar para a frente?
- ...a professora deixasse de ensinar?
- ...houvesse só um menino na sala?

(interajuda)

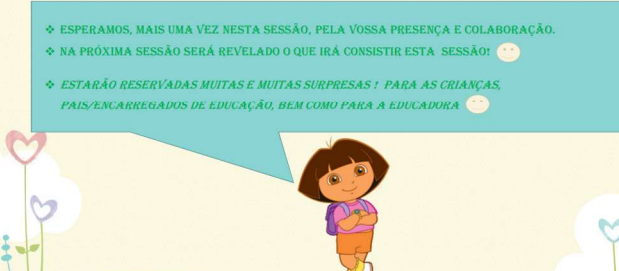


12ª SESSÃO: *Dora participa em lanche e convívio entre culturas e despede-se de todos!*

❖ ESPERAMOS, MAIS UMA VEZ NESTA SESSÃO, PELA VOSSA PRESENÇA E COLABORAÇÃO.

❖ NA PRÓXIMA SESSÃO SERÁ REVELADO O QUE IRÁ CONSISTIR ESTA SESSÃO!

❖ ESTARÃO RESERVADAS MUITAS E MUITAS SURPRESAS! PARA AS CRIANÇAS, PAIS/ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO, BEM COMO PARA A EDUCADORA

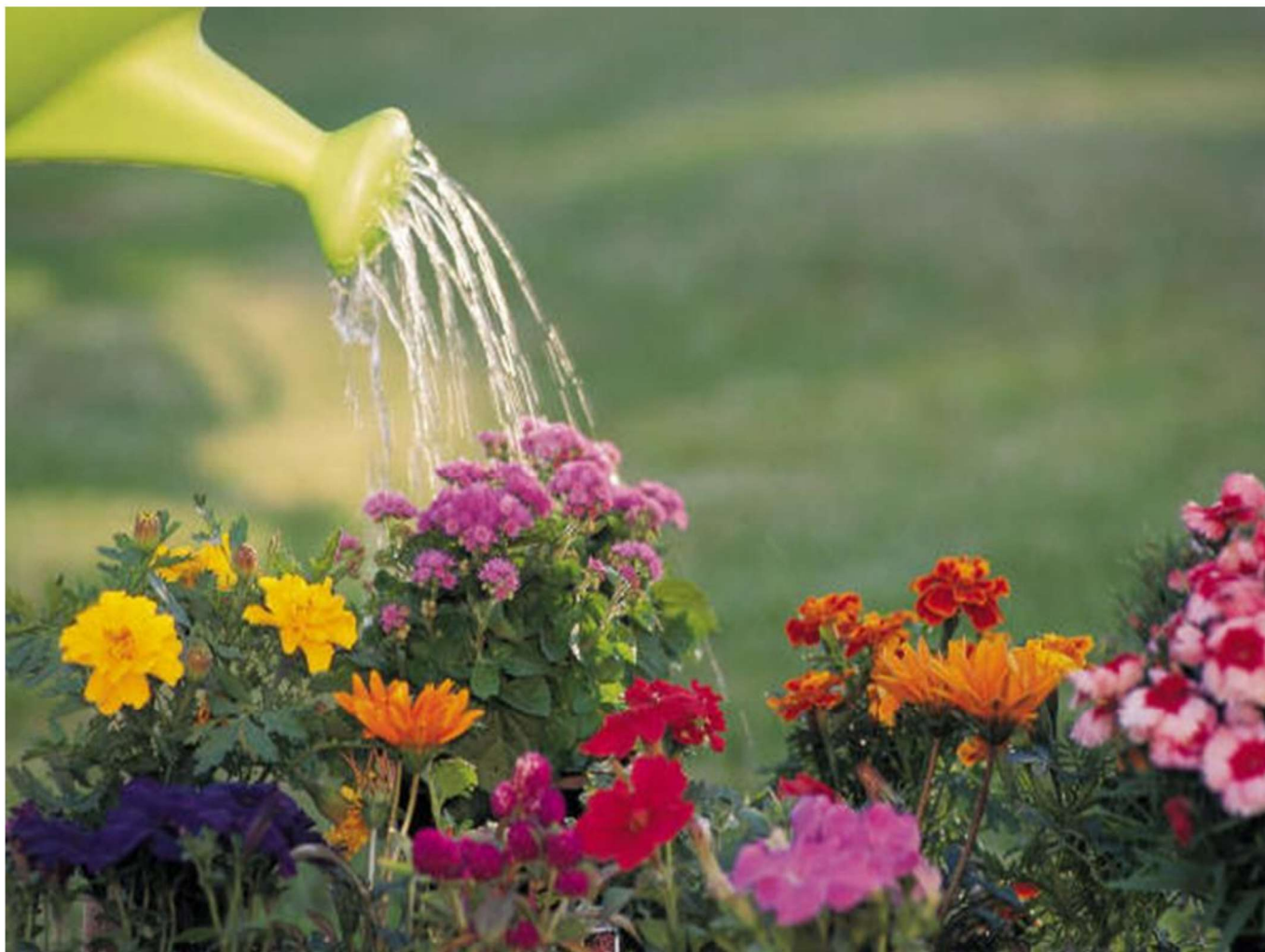




Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

Regar as flores





Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

Gabinete de mediação e Orientação Escolar (GMOE)



A minha assinatura

(Lista Presenças Pais/Encarregados Educação)

Nome Criança	Pais/Encarregado de Educação		
	Sessão 1 ____/____/____	Sessão 8 ____/____/____	Sessão 12 ____/____/____
1-			
2-			
3-			
4-			
5-			
6-			
7-			
8-			
9-			
10-			
11-			
12-			
13-			
14-			
15-			
16-			
17-			
18-			
19-			
20-			
21-			
22-			
23-			
24-			
25-			



“Avalio a Sessão”

(Questionário de avaliação sessões)

- ✚ Preencha com uma cruz (x) o quadro apresentado abaixo tendo em conta a avaliação (“gostei”, “nem gostei/nem desgostei” e “não gostei”) respeitante à sessão do dia, do programa de intervenção *Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!*
- ✚ No final faça um breve comentário geral ao funcionamento do programa, do profissional que o implementou e do grupo. Tem um espaço destinado a dúvidas/questões que queira colocar, estas serão respondidas na próxima sessão (8ª e/ou 12ª) sem revelar os vossos nomes.

	Gostei	Nem gostei/nem desgostei	Não gostei
<i>1ª Sessão: Dora Saúda os pais e convida-os a explorarem juntos!</i>	 ☐	 ☐	 ☐
<i>8ª Sessão: Dora explora estratégias parentais.</i>	 ☐	 ☐	 ☐
<i>12ª Sessão: Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	 ☐	 ☐	 ☐



Gostei porque...

Não gostei,/ nem desgostei porque...

Não gostei porque...

Comentários (acerca do funcionamento do programa, profissional que o implementou e restante grupo)

Sugestões (reformulação atividades e/ou sessão, novos programas, temas, entre outros):



Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

Questões/Dúvidas:

Nome Criança: (facultativo) _____

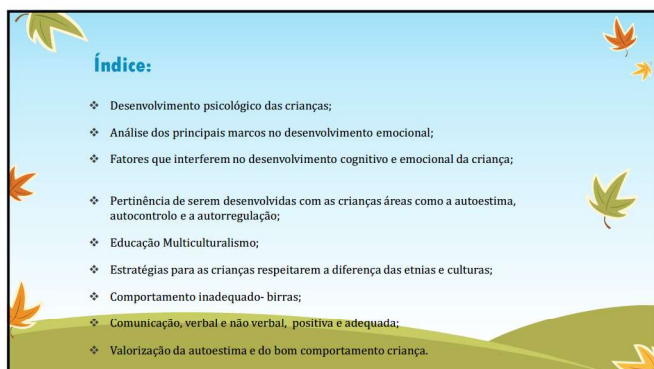
Nome Pai/mãe (facultativo) _____

Data: ____/____/____

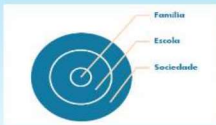


Muito obrigado pela colaboração!





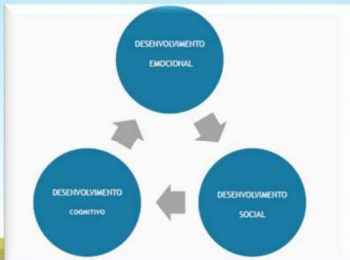
Aprendizagem/desenvolvimento



A transição da criança de um para vários **microsistemas** – mesossistema – permite-lhe consolidar diferentes relações e exercitar papéis específicos dentro de cada contexto. Esta passagem, apelidada por Bronfenbrenner de **transição ecológica**, promove o seu desenvolvimento e será mais efetiva e saudável se a criança sentir que existe, neste processo, um envolvimento ativo por parte das pessoas com quem já tem uma relação sólida e significativa.



---continuação Aprendizagem/desenvolvimento




Aprendizagem

Modo como os seres humanos:

- ❖ adquirem novos conhecimentos
- ❖ desenvolvem competências
- ❖ mudam o seu comportamento

➤ Envolve um conjunto de processos psicológicos (cognitivos, motivacionais e comportamentais);

Desenvolvimento cognitivo

Piaget considera o ser humano, em geral, e a criança, em particular, como um ser ativo e criativo na construção e interpretação da realidade e do conhecimento, permitindo-lhe uma adaptação cada vez melhor ao ambiente que a rodeia.




Aprendizagem e desenvolvimento

DESENVOLVIMENTO Mudanças que vão ocorrendo ao longo da vida na estrutura, pensamento e % do indivíduo como resultado da interação entre fatores biológicos e contextuais. Mudanças são progressivas, contínuas, cumulativas e resultam de uma crescente reorganização interna.	APRENDIZAGEM Processo de construção pessoal, resultante de um processo experiencial, interior à pessoa e que leva o sujeito a tornar-se cada vez mais apto e mais capaz.
---	--

Desenvolvimento social (2-6 anos)

A criança é um ser ativo nas aprendizagens que realiza, mas não o faz sozinha. A presença de pais, professores e outros adultos é fundamental, dado que a criança desenvolve-se através de uma **orientação externa** num contexto carregado de experiências a serem realizadas.

Neste período vai adquirindo uma compreensão cada vez maior de si própria e do seu lugar e papel num contexto social específico. Distingue o que está certo e errado, o que é bom e mau.

Aprende regras e normas sociais, significados culturais da sociedade em que se integra e desenvolve o seu autoconceito. Trata-se de um processo complexo que engloba altos e baixos nos relacionamentos interpessoais desenvolvidos, bem como nos efeitos cumulativos das situações que vai vivenciando.



Desenvolvimento Emocional (2-6 anos)

Emoções
/
Comportamento

- O conhecimento emocional é fortemente acelerado neste período.
- Se aos dois anos a criança parece ser já capaz de usar rótulos emocionais, aos três começa a falar das experiências emocionais dos outros e aos quatro é capaz de perceber que as reações emocionais podem variar de pessoa para pessoa.
- A emergência das emoções sociais por volta do segundo e terceiro ano de vida tende a facilitar a adoção de comportamentos pró sociais, e um melhor ajustamento das ações da criança em concordância com o que o seu meio social espera dela. No entanto, estas emoções ainda não estão bem interiorizadas e dependem da presença de um adulto ou de outra pessoa por perto para se manifestarem.



...continuação 2ª infância: dos 6 anos à adolescência

Desenvolvimento cognitivo

- Permite a realização de aprendizagens rápidas e de um pensamento lógico (não demasiado abstrato). Tais aprendizagens parecem ser realizadas com entusiasmo, perseverança e curiosidade.
- A criança adquire, nesta altura, importantes aprendizagens: ler, escrever, contar....

Desenvolvimento social

- "Os pais são os seus heróis, os professores justos e os amigos leais".
- O raciocínio moral e o comportamento da criança atingem nesta fase um patamar onde o que é certo parece claramente distinto do que é errado, sem ambiguidades.

Desenvolvimento Emocional (2-6 anos)

Auto-regulação
/
Auto-regulação

- À medida que as emoções sociais, com cariz autoavaliativo, se vão repetindo, a criança vai sendo capaz de estabelecer ligações mais aguçadas entre sentimentos, comportamentos e consequências das suas ações.
- Com o tempo regista-se um progressivo aumento das capacidades de autorregulação da criança, com alguns estudos a apontarem para uma grande aceleração neste processo entre os 18 e 49 meses de idade.



Desenvolvimento emocional (auto-estima):

GRUPO DE PARES/AUTO-ESTIMA

As experiências afetivas que a criança vivencia com o seu grupo de pares, bem como as comparações que daí advêm contribuem significativamente para a criação da imagem que desenvolve de si mesma.

2ª infância: dos 6 anos à adolescência

Período pacífico ou de tranquilidade

- Porque nesta fase a criança superou algumas características anteriores, como a busca de limites possuindo agora uma identidade mais definida. É mais estável emocionalmente e o seu relacionamento com os pais e os demais adultos adquire outras características, com muito menos conflitos.

Desenvolvimento físico

- Geralmente ocorre discretamente e livre de problemas geradores de ansiedade, permitindo a aquisição de múltiplas habilidades físicas.

2ª infância: dos 6 anos à adolescência

Observa-se que entre os 5 e os 7 anos, as crianças progredem no sentido de controlar as suas interações sociais e ir ao encontro dos "guiões culturais" (Saarni, 1997) para a expressão emocional que vão interiorizando e são capazes de adotar aquilo que Saarni apelidou de "cool emotional front".

As crianças nesta fase de desenvolvimento parecem ter interiorizado a cultura local das emoções e como devem ou não expressar ou lidar com as suas emoções de uma forma adaptativa.

PERÍODOS "CRÍTICOS"

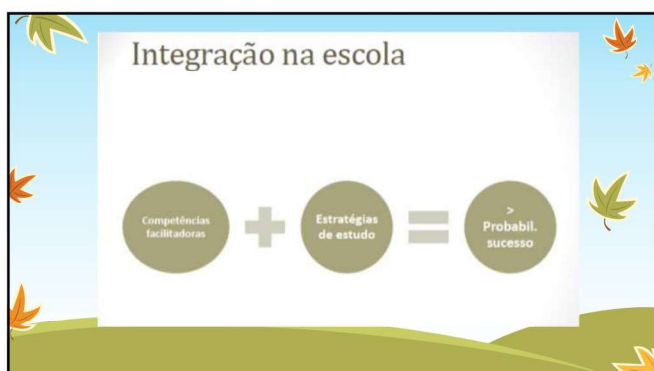
Competências	Faixa etária "ótima"
Visão	0 - 6 anos
Controle emocional	9 meses - 6 anos
Símbolos	18 meses - 6 anos
Linguagem	9 meses - 8 anos
Habilidades sociais	4 anos - 8 anos
Música	4 anos - 11 anos
Segunda língua	18 meses - 11 anos

(Piaget, 1997)

Competências facilitadoras

Capacidade de auto-controlo

- Capacidade de domínio pessoal, de concentração e de competências para lidar com a frustração.



Relacionamento interpessoal: escola

A escola assume um papel preponderante na medida em que é o primeiro agente socializador fora do círculo familiar da criança.

Para que a criança esteja disponível para a aprendizagem e consequentemente alcance os objectivos educativos, é necessário em primeira instância que se sinta amada, aceite, acolhida, apoiada e ouvida.

Para Saltini (1997) a interrelação estabelecida entre os professores e os alunos "é o fio condutor, o suporte afetivo do conhecimento" (p. 89).

Competências facilitadoras

Competências sociais e de cooperação

- Capacidade de a criança se inserir num grupo de pares e de cooperar para desenvolver tarefas;
- Capacidade de fazer amigos e de ser aceite no grupo.

Auto-confiança

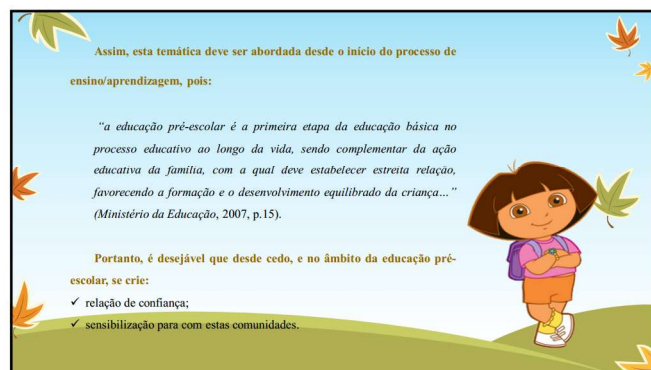
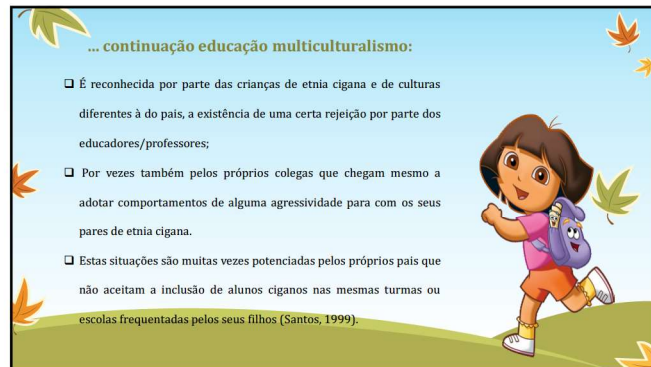
- Crianças com baixa autoestima demonstram menos empenhamento nas tarefas;
- Criação de situações que fomentem a autoestima;

Desenvolvimento da criança e a modelação

- Autoestima
- Autocontrolo
- Autorregulação

"A criança que é sempre criticada, Aprende a condenar. A criança que é sempre hostilizada, Aprende a agredir. A criança que é sempre ridicularizada, Aprende a ser tímida. A criança que é sempre emvergonhada, Aprende a sentir culpa.	A criança que é tratada com tolerância, Aprende a ser paciente A criança que é encorajada, Aprende a ser confiante. A criança que é elogiada, Aprende a apreciar. A criança que recebe um tratamento imparcial, Aprende a ser justa.	A criança que vive com Segurança, Aprende a ter fé. A criança que é aprovada, Aprende a gostar de si mesma. A criança que vive num meio de aceitação e amizade, Aprende a descobrir o amor no mundo."
---	--	--

Dorothy Law Noller



ESTRATÉGIAS PARA AS CRIANÇAS RESPEITAREM A DIFERENÇA DAS ETNIAS E CULTURAS:

- ❖ Falar dos diferentes estilos de vida
- ❖ Costumes
- ❖ Tradições
 - Existente entre as várias culturas e etnias
- ❖ Poderá falar das profissões
- ❖ Das habitações
- ❖ Vestuário
 - utilizando livros ou imagens



PODENDO AINDA:

- ❖ Convidar pessoas das várias culturas, exemplo comunidade cigana, para irem falar às crianças, respondendo a algumas questões específicas:
- ❖ Solicitar aos pais / encarregados de educação para irem à sala fazer atividades com as crianças (e.g., contar uma história da cultura, hábitos, falar da sua profissão, entre outros);
- ❖ Aprendizagem de músicas e danças ciganas e não ciganas;



IDENTIFICAR AS DIFERENÇAS ENTRE OS COLEGAS:

Através de um diálogo identificar as diferenças entre os colegas:

- Quem é mais baixo
- Quem é o mais alto
- Cor de pele mais clara
- Cor de pele mais escura
- A cor dos olhos
- A cor do cabelo

Poderá ser pedido a cada criança que se desenhe a si própria e a um colega que considere diferente:

- Elaboração de um cartaz com todos os desenhos
- Serem chamados os pais a visualizar esses trabalhos realizados pelos seus educandos

Comportamento inadequado - birras



REALIZAR DIVERSOS JOGOS NO RECREIO QUE ENVOLVAM AS CRIANÇAS DAS CULTURAS EXISTENTES NA SALA, FAZENDO GRUPOS

Contar diversas histórias infantis, sobre o ser diferente e o respeitar, como por exemplo:

- ❑ "Elmar, O elefante xadrez";
- ❑ "A história do Ciganinho Chico"

➢ Identificar aspetos comuns entre as várias etnias e culturas.



A História do Ciganinho Chico" é um livro infantil, escrito por Bruno Gonçalves, acerca da história e da cultura do povo cigano.

BIRRAS, MAU COMPORTAMENTO:

➢ ajudar as crianças a refletirem sobre os seus atos e suas consequências

O ambiente da sala pode ser organizado permitindo:

- ✓ o desenvolvimento intencional da ordem;
- ✓ da responsabilidade;
- ✓ da cooperação com os colegas e educadores;
- ✓ da partilha;
- ✓ da resolução de problemas;
- ✓ da antecipação de consequências dos atos a curto e a médio prazo

➢ adequadas ao nível desenvolvimental das crianças .

Exemplo:

- ❖ as sequências na realização de uma tarefa e os seus objetivos devem ser especificados e intencionalizados (e.g., numa dramatização, num jogo de grupo, na realização das tarefas manuais).

➢ No intuito de promover o seu envolvimento, as suas ideias devem ser ouvidas e, sempre que possível, tidas em consideração na dinâmica da sala

Abordagem amigável da disciplina:

- ☐ Não preparar para uma luta;
- ☐ Cuidado com o tom de voz;
- ☐ Dar duas opções (em certas situações);
- ☐ Reformular os pedidos:

Ordens Pouco Claras, Vagas ou Negativas

"Vamos arrumar os brinquedos."
 "Não era bom ir lavar as mãos agora?"
 "Porta-te bem, faz isso bem, tem cuidado"
 "Não grites."
 "Cala-te."
 "Atenção!"
 "Pará de correr."
 "Vamos não voltar a fazer isso."

Ordens Claras/Pedidos - Comece com "Por favor"...

"Arruma os brinquedos, por favor"
 "Lava as mãos."
 "Pinta dentro do papel."
 "Fala baixo."
 "Brinca com calma."
 "Anda para a sala."
 "Anda devagar"
 "Arruma os livros que estão no chão"

VALORIZAR AS PEQUENAS CONQUISTAS DAS CRIANÇAS:

- ✓ Devemos estar atentos ao que as crianças fazem bem e nunca deixar de as valorizar, pelo pouco que seja.
- ✓ Devemos sempre elogia-las pelo seu esforço e/ou concretização.



Consequências negativas - disciplina

Erros da disciplina que devem ser evitados:

- ✓ Esperar muito tempo para disciplinar;
- ✓ Fazer ameaças ao invés de efetivamente disciplinar;
- ✓ Não ser consistente;
- ✓ Punir de acordo com o humor (punir quando estiverem mal dispostos bem dispostos);
- ✓ "Dar sermão" (falar e não atuar) quando a crianças se comporta de forma inadequada.

 a criança que aprende limites aprende a aceitar a disciplina como parte da vida. Ela será um adulto mais produtivo e feliz porque saberá enfrentar dificuldades, tendo mais facilidades em conviver.

E...



Não ver só os defeitos mas também a qualidades.



Utilizar a linguagem não verbal para apoiar os alunos (piscar o olho, sorrir, tocar nos alunos)



Comunicação



E...



Valorizar o esforço dos alunos e não apenas os resultados.



Manter as regras da disciplina e do bom comportamento.





OUTRAS RECOMPENSAS, BARATAS:

- ✓ Permitir que o aluno seja o primeiro a iniciar uma tarefa;
- ✓ A criança faça um recado fora da sala;
- ✓ Seja o primeiro da fila a ir para o refeitório;
- ✓ Permitir ficar sentado ao lado da professora;
- ✓ Decidir uma atividade que vão fazer;

★ recompensas inofensivas, que não alterem a rotina das crianças de forma negativa.



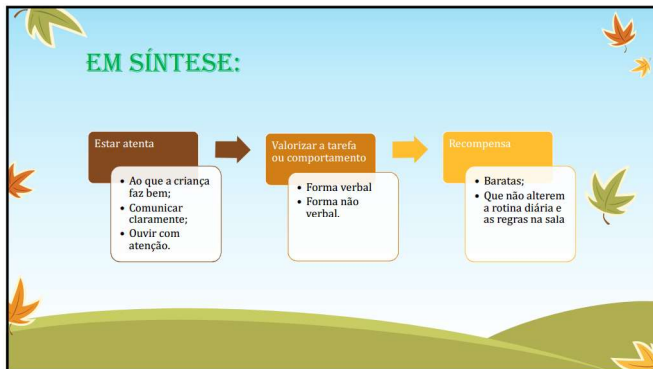
Os 12 mandamentos da autoestima

1. Elgiar dizer coisas bonitas e simpáticas à criança.
3. Estar atento ao que a criança sabe fazer (todas as crianças têm algo de especial que as torna únicas, por isso, é importante ajudar a criança a descobri-lo).
3. Valorizar mais o esforço que os resultados (e.g., mais importante do que o número é o empenho que a criança demonstrou na tarefa ou no seu comportamento).
4. Dar o direito à criança de ser criança (a criança não precisa saber tudo de uma só vez, nem que fazer tudo sempre bem sem errar).
- 5 Dar o direito à criança de viver num ambiente calmo e sem violência (exemplo: bater, chamar nomes à criança: feia, burra).
6. Nunca desvalorizar o que a criança sabe fazer e dar apenas atenção ao que ela sabe fazer.

RECOMPENSAS:

- Os diplomas são muito eficazes para fortalecer a autoestima da criança;
- Devem ser acompanhados pelo aprovação verbal e não verbal.

7. Dar oportunidade à criança de iniciar uma tarefa/atividade.
8. Deixar que a criança veja os efeitos positivos daquilo que faz.
9. Fazer a criança sentir-se participante de algo, principalmente a nível emocional (exemplo: piscar o olho, sorrir).
10. Dar a oportunidade à criança de fazer algumas escolhas (exemplo: escolher o desenho que vai querer fazer).
11. Quando se estiver na presença de outros adultos, contar episódios em que a criança tenha feito alguma coisa bem.
- 12 Não comparar a criança com outras (exemplo: olha o teu colega conseguiu isto, tu não...) é certo que a intenção é boa, tentando desafiar a criança a conseguir bons resultados, mas frequentemente ela entende estas comparações com um atestado de incompetência.





Notas de Sala:

Os 12 mandamentos da autoestima

- 1. Elogiar dizer coisas bonitas e simpáticas à criança.**
- 2. Estar atenta ao que a criança sabe fazer (todas as crianças têm algo de especial que as torna únicas, por isso, é importante ajudar a criança a descobri-lo).**
- 3. Valorizar mais o esforço que os resultados (e.g., mais importante do que o número é o empenho que a criança demonstrou na tarefa ou no seu comportamento).**
- 4. Dar o direito à criança de ser criança (a criança não precisa saber tudo de uma só vez, nem que fazer tudo sempre bem sem errar).**
- 5. Dar o direito à criança de viver num ambiente calmo e sem violência (exemplo: bater, chamar nomes à criança: feia, burra).**
- 6. Nunca desvalorizar o que a criança sabe fazer e dar apenas atenção ao que ela sabe fazer.**
- 7. Dar oportunidade à criança de iniciar uma tarefa/atividade.**
- 8. Deixar que a criança veja os efeitos positivos daquilo que faz.**
- 9. Fazer a criança sentir-se participante de algo, principalmente a nível emocional (exemplo: piscar o olho, sorrir).**
- 10. Dar a oportunidade à criança de fazer algumas escolhas (exemplo: escolher o desenho que vai querer fazer).**
- 11. Quando se estiver na presença de outros adultos, contar episódios em que a criança tenha feito alguma coisa bem.**
- 12. Não comparar a criança com outras (exemplo: olha o teu colega conseguiu isto, tu não...) é certo que a intenção é boa, tentando desafiar a criança a conseguir bons resultados, mas frequentemente ela entende estas comparações com um atestado de incompetência).**



Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

NOTAS DA SALA: **RECOMPENSAS CONCRETAS**

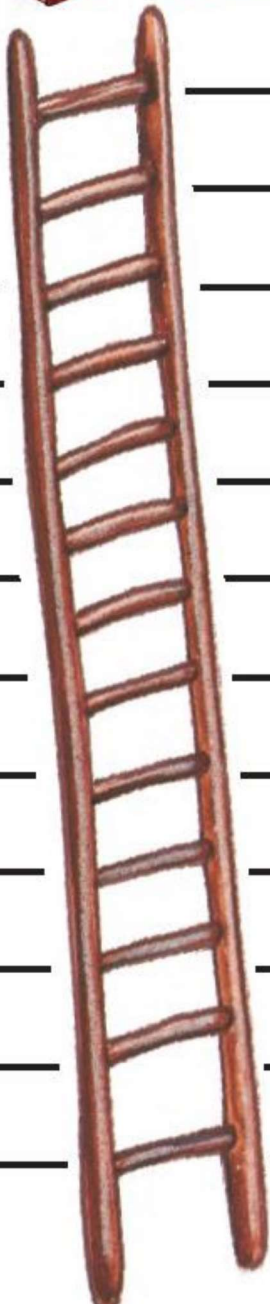
- Defina o comportamento adequado da criança de uma forma clara.
- Não se esqueça de que os passos devem ser pequenos.
- Vá aumentando o desafio gradualmente.
- Não faça programas demasiado complexos - escolha um ou dois comportamentos para começar.
- Concentre-se em comportamentos positivos.
- Escolha recompensas baratas.
- Atribua recompensas de vez em quando.
- Envolver a criança na escolha das recompensas.
- Primeiro obtenha o comportamento esperado e só depois recompense.
- Recompense as pequenas conquistas do dia-a-dia.
- Gradualmente vá substituindo as recompensas concretas por aprovação social.
- Seja claro e específico sobre as recompensas.
- Vá variando as recompensas concretas que utiliza.
- Mostre à criança que espera sucesso.
- Não misture recompensas com castigos.
- Vá atualizando o programa de recompensas.



Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

Gabinete de mediação e Orientação Escolar (GMOE)

Notas de Sala: LISTA DE PONTOS

LISTA DE PRÉMIOS		PONTOS
→		
→		
→		
→		
→		
→		
→		
→		
→		
→		
→		
→		





Desenvolvimento da criança e a modelação

"A criança que é sempre criticada,
Aprende a condenar.

A criança que é sempre hostilizada,
Aprende a agredir.

A criança que é sempre ridicularizada,
Aprende a ser tímida.

A criança que é sempre envergonhada,
Aprende a sentir culpa.

A criança que é tratada com tolerância,
Aprende a ser paciente

A criança que é encorajada,
Aprende a ser confiante.

A criança que é elogiada,
Aprende a apreciar.

A criança que recebe um tratamento imparcial,
Aprende a ser justa.

A criança que vive com Segurança,
Aprende a ter fé.

A criança que é aprovada,
Aprende a gostar de si mesma.

A criança que vive num meio de aceitação e amizade,
Aprende a descobrir o amor no mundo."

Dorothy Law Nolte

- **Autoestima**
- **Autocontrolo**
- **Autorregulação**



Papel da Psicóloga na escola:

- ❖ Sabem quem é um Psicólogo?
- ❖ E o que faz o Psicólogo na escola?
 - O Psicólogo intervém junto de todas as crianças tendo estas algumas dificuldades ou não.

Crianças sem dificuldades:

O Psicólogo/a ajuda a evitar que as crianças venham a ter algumas dificuldades/problemas.

Já notaram como algumas crianças têm algumas dificuldades:

- Elas podem brigar muito;
- Podem ter dificuldades em estudar;
- Elas podem ter dificuldade em brincar com os outros meninos;

- Elas podem sentir-se muito tímidas e nervosas perto de outras crianças;
- Podem ter alguma coisa no seu corpo ou cabecita que pode estar menos bem;
- Ou talvez elas se preocupem muito, por algum motivo;

- ✓ Se acontecer muito e por muito tempo, algumas dessas coisas, significa que as crianças têm problemas/dificuldades.
- ❑ Um problema é uma coisa que preocupa ou que faz sentir a pessoa/criança mal/triste e ficar pensativo/a.
- ❑ Às vezes, um problema faz com as crianças/pessoas sintam:
 - Vontade de chorar;
 - Ficar triste;
 - Ficar sozinho.

➤ **É desconfortável os problemas/dúvidas:**

- ✓ Incomoda as crianças;
- ✓ As crianças não sabem de onde vêm esses problemas;
- ✓ Se as crianças não conseguem fazer com que os problemas se vão embora.
 - Então elas precisam de ajuda.



- ❖ Às vezes, a mamã ou o papá das crianças podem ajudar.
 - ❖ Mas algumas vezes as crianças precisam de uma ajuda especial.
 - ❖ Existe uma pessoa especial para as pessoas que têm esses problemas e que pode ajudar as crianças, os papás e/ou os professores.
- Chama-se Psicólogo Escolar! Tem este nome, porque trabalha com as crianças na escola.



PROCURAR A AJUDA DE UM PSICÓLOGO:

- **Gesto de valentia e de responsabilidade:**
- **A crianças que o procuram não são diferentes dos outros,**
- **Tal como algumas crianças usam óculos para ver melhor, outras precisam de ajuda para ajudar a solucionar os seus problemas.**
- **O Psicólogo para poder ajudar, precisa da ajuda da criança, colaborando como se fosse uma equipa.**



Perceberam o que faz o Psicólogo?

Alguém quer fazer perguntas?







O CAPUCHINHO VERMELHO

Era uma vez uma linda menina que vivia numa aldeia do bosque e de que todos gostavam muito por ser muito boa e simpática.

Um dia a mãe fez-lhe um capucho vermelho para ela levar para a escola. No trajeto e como era hábito, a menina cumprimentava os animaizinhos, pois conhecia-os e era amiga de todos. Ao vê-la tão bonita com o seu novo capucho eles começaram a tratá-la por Capuchinho Vermelho.

Um dia a mãe chamou-a e disse-lhe:



- Tens aqui uma cesta com bolos e um pote de mel para levares à avozinha que não anda muito bem de saúde. Toma cuidado: não te distraias no caminho e não fales com desconhecidos.
- Podes ficar descansada, mãezinha, farei como dizes - prometeu Capuchinho Vermelho.

La ela muito contente quando, a certa altura, encontrou um lobo. Este, com uma voz muito melada, disse-lhe:



- Olá, bela Capuchinho! Nem imaginas como desejava conhecer-te. A menina ao ouvir isto ficou muito surpreendida, pois achou que o lobo não era tão feroz como toda a gente dizia. Apesar disso respondeu-lhe:

- O senhor lobo desculpe-me mas a minha mãe proibiu-me de falar com desconhecidos.

- Desconhecido, eu? Sou a mais popular de todas as criaturas do bosque, não deves fazer caso do que dizem. Isso é treta das más-línguas. Onde vais com essa cesta?

- Vou ver a minha avozinha que está doente e levar-lhe bolos e um pote de mel.

- E onde vive a tua avozinha?

- Vive para lá do moinho, numa casa à beira do lago, junto a uma grande árvore.

O lobo já com água na boca pensou:

- Que maravilha de petiscos, devem ser tão bons, tenho que me apoderar de ambas.

Acompanhou Capuchinho e a certa altura disse-lhe:



- Penso que também eu deveria visitar a tua avozinha, uma vez que ela está tão adoentada, não te parece?
- Sim, sim, acho que ela ficaria muito contente.
- Olha, tu vais por este caminho e eu vou por aquele. Veremos quem chega primeiro, - disse-lhe o lobo.
- Como eu sou esperto e como foi fácil convencê-la, pensou o lobo, ela vai pelo caminho mais distante e assim eu terei tempo de chegar antes.



O lobo correu então em direção à casa da avó de Capuchinho Vermelho. Uma vez lá chegado bateu à porta e a avozinha perguntou:

- Quem é?
- É o Capuchinho Vermelho, respondeu-lhe o lobo, trago-lhe bolos e um pote de mel; abra a porta por favor.

- Entra, minha netinha, a porta está só no trinco.

O lobo abriu a porta e sem dizer nada foi ao quarto da avózinha e comeu-a. A seguir vestiu as suas roupas, enfiou a touca, colocou no nariz os óculos da avózinha e meteu-se dentro da cama, cobrindo-se com uma manta.

Capuchinho, depois de muito caminhar, pois viera pelo caminho mais longo, chegou finalmente a casa da avó; ficou muito surpreendida por encontrar a porta aberta.

- Bom dia. Está alguém em casa? - perguntou ao entrar.



Como ninguém lhe respondeu, dirigiu-se ao quarto e aproximando-se da cama, não reconheceu o lobo, pois ele estava disfarçado com as roupas da avozinha. Notou contudo que havia algo diferente e disse:

- Avozinha estás com umas orelhas tão grandes!
- São para te ouvir melhor.
- E tens uns olhos tão grandes!
- São para te ver melhor.
- E os teus braços são tão grandes!
- São para te abraçar melhor.



- E tens uma boca tão grande!

- É para te comer.

E nisto o lobo saltou da cama e engoliu a pobre Capuchinho Vermelho, que nem teve



tempo de ter medo. Voltou depois a deitar-se e adormeceu profundamente, ressonando muito alto.

Um caçador que por ali passava, ao ouvir todo aquele barulho, pensou:

- Esta velhinha não ressonava desta maneira! Vou mas é ver o que se passa.

Entrou no quarto e deparou com o lobo a dormir profundamente.

- Até que enfim que te encontrei. Procuro-te à tanto tempo!

E quando ia a pegar na arma lembrou-se que o malvado podia ter comido a avó e que talvez ainda a pudesse salvar. Pegou na faca e...zás, abriu-lhe a barriga e de lá saiu Capuchinho Vermelho. Logo a seguir saiu a avozinha, ainda com vida mas respirando com muita dificuldade.



Depois de contarem ao caçador o que se tinha passado, Capuchinho saiu a correr e foi apanhar pedras, encheu com elas a barriga do lobo e a avó coseu a pele.

O lobo, quando acordou e viu o caçador, que disparou para o chão, fugiu a correr em direção ao lago, e quando se atirou à água para fugir a nado, com o peso das pedras foi parar ao fundo e afogou-se, com o que até nada se perdeu, pois ele era um lobo mau a valer.

Então a avozinha disse para a Capuchinho:

- Vai à dispensa e arranja alguma coisa para o lanche do nosso salvador.



Depois de ter comido, o caçador disse:

- Vamos, Capuchinho, vou acompanhar-te a casa, não vá andar por aí outro lobo malvado.

Ao chegarem a casa, Capuchinho Vermelho contou à mãe todas as peripécias que lhe tinham acontecido, pedindo-lhe desculpa por ter desobedecido às suas recomendações e prometendo nunca mais o

voltar a fazer.



Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

"Será importante...regras!"





Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



Vou estar em silêncio dentro da sala.



Só me levanto do meu lugar quando a dinamizadora ou a professora me autorizarem.



Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

Vou chamar a todos, colegas, professora e dinamizadora, pelos seus nomes.



Vou levantar o dedo quando quizer falar.





<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a:	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Adriano Amândio R. Soares	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Afonso Miguel S. Pereira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Bruna Moreira Rijo	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Daniel Vieira Pereira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Erica Iroftei	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Fabiana Eduarda S. Marques	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Guilherme Gomes Pereira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Guilherme Guimarães Fernandes	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Iara Beatriz S. Ribeiro	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Isac Moreira Q. Vale	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: João Manuel C. Rodrigues	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Jordano Fonseca Bernardo	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Lara Sofia F. Faria	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Lara Vieira Pereira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Leonardo Silva Costa	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Maiara Silveira Mendes	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Marco André R. Navarros	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Margarida Cunha Rodrigues	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Margarida Silva Borges	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Misael Cabrera Ribeiro	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Rodrigo Filipe F. T. Chaves	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Soraia Ferreira Costa	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



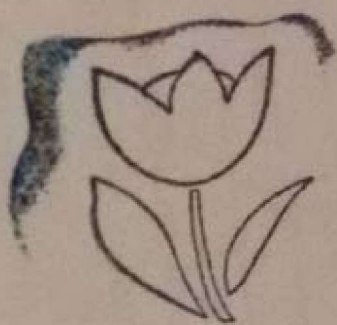
<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Thalita Freire Vieira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Walter Kayran M. Oliveira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!
Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)





Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

Gostei vs. Não Gostei

Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AE Maximinos

3ª Sessão: Dora dá as boas vindas às crianças e exploram juntas as regras!

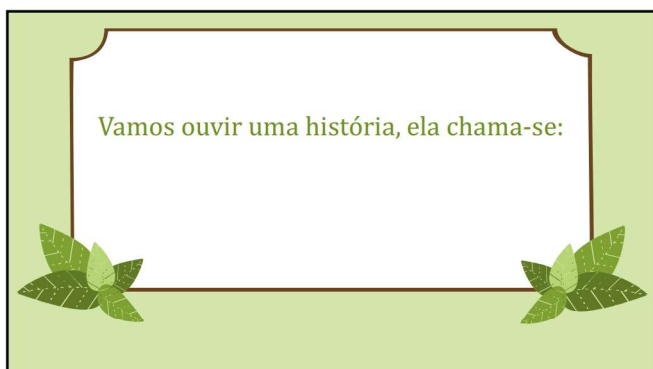
1)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
2)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
3)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
4)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
5)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
6)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei

7)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
8)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
9)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
10)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
11)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
12)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
13)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
14)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei

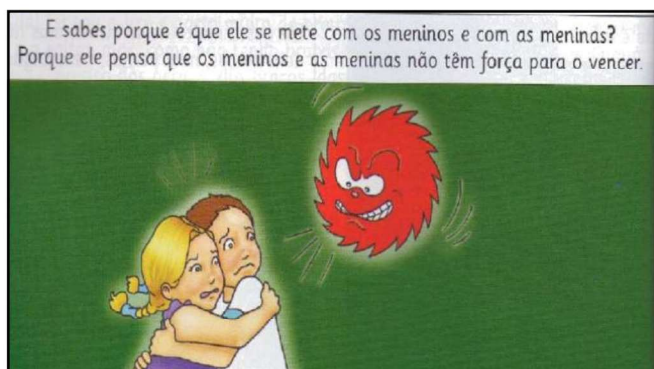
15)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
16)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
17)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
18)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
19)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
20)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
21)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
22)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei

23)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
24)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
25)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei

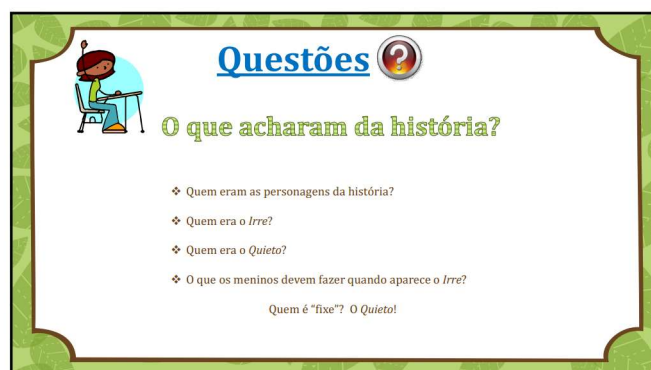
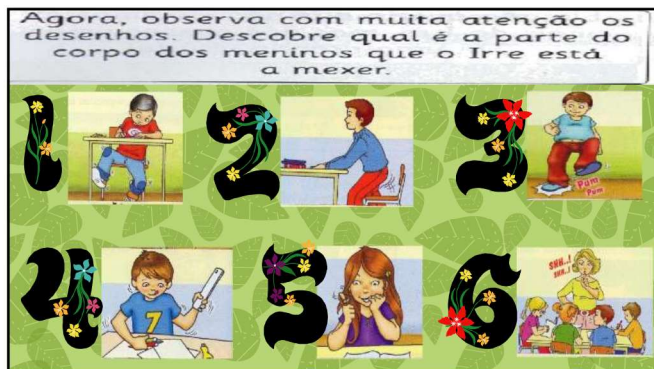
Obrigada! 















Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)







Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

IrreQuieto

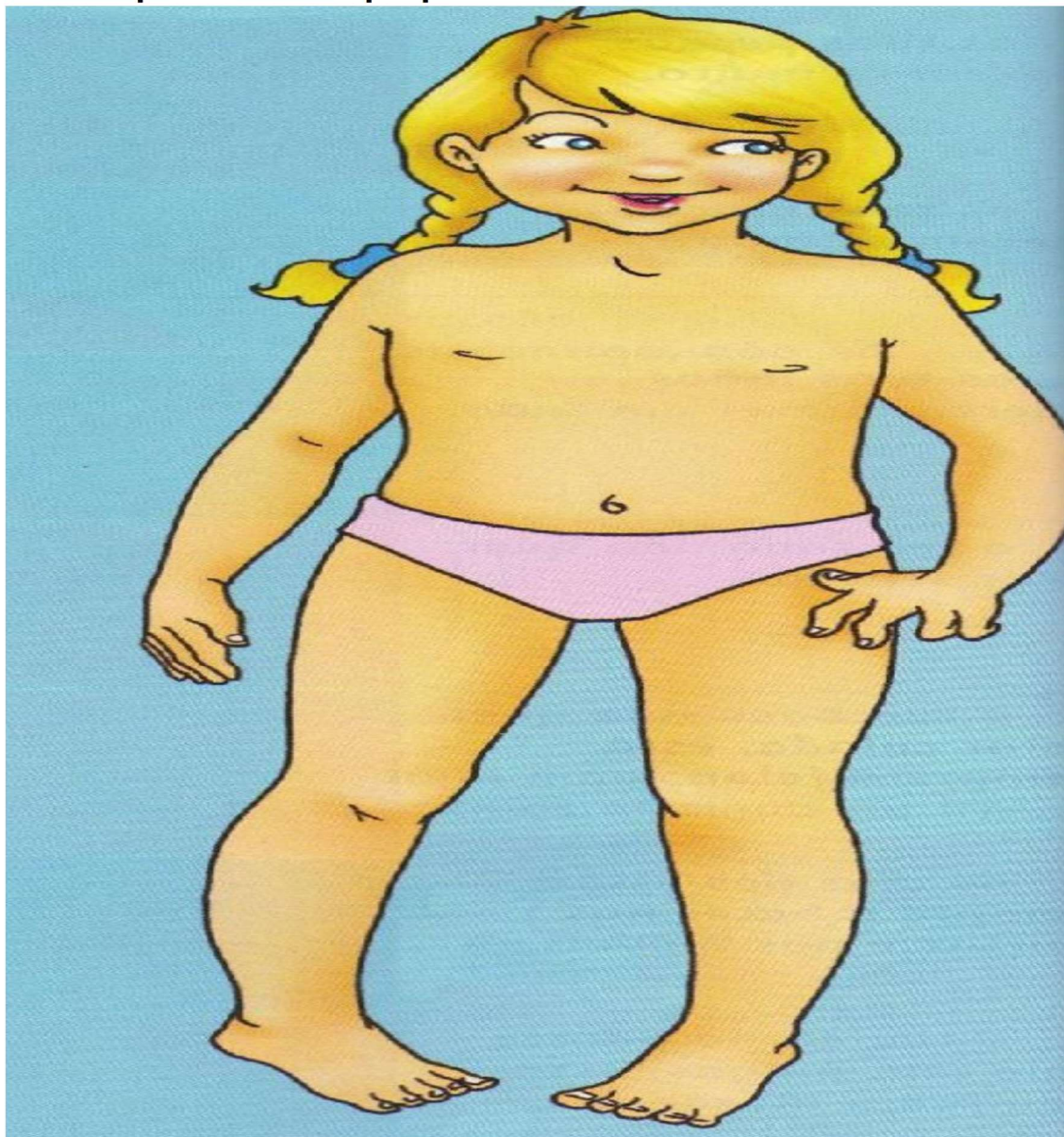
Irre (sempre a mexer e a saltar)



Quieto (sossegado/caminho)



Qual é a parte do teu corpo que o Irre costuma mexer...





Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

IrreQuieto

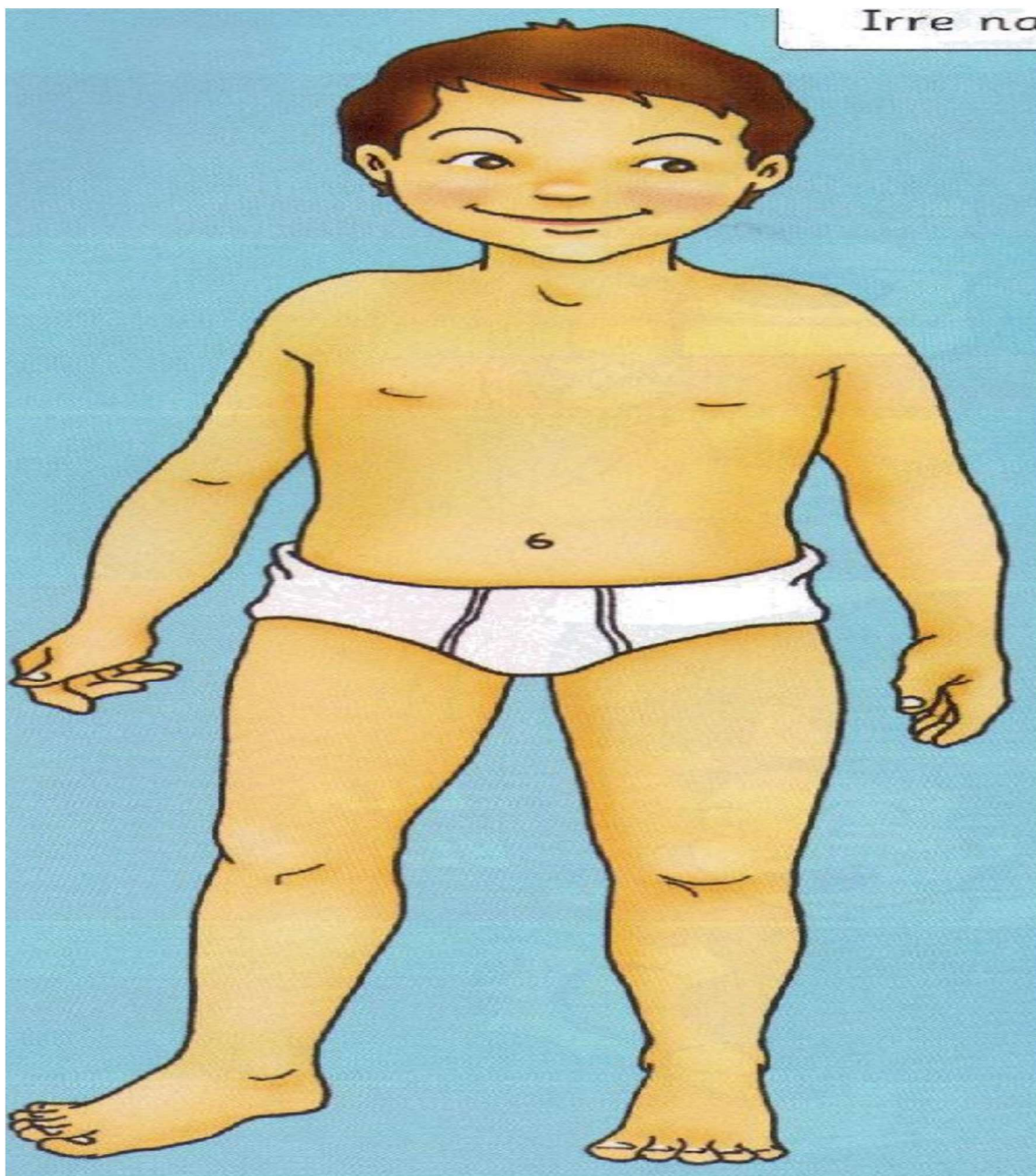
Irre (sempre a mexer e a saltar)

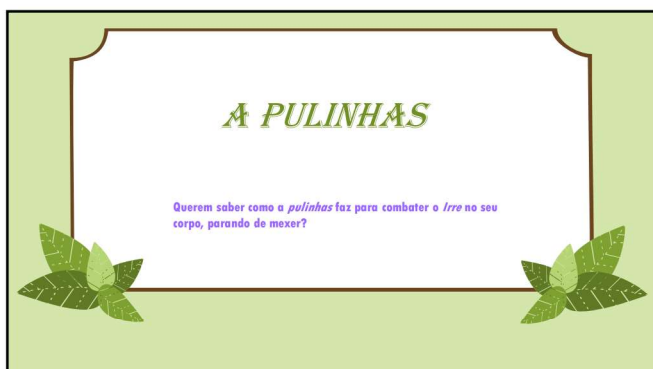


Quieto (sossegado/caminho)



Qual é a parte do teu corpo que o **Irre** costuma mexer...











Questões

- Quem era a personagem principal da história?
- Quem era a Pulinhas?
- O que acontecia à Pulinhas?
- O que a Pulinhas descobriu?
- O que a Pulinhas fez para combater o Irre?
- A Pulinhas conseguiu combater o Irre?
- Quem é que aparece quando combatemos o Irre?

O Quietos é muito "fixe"!



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Adriano Amândio R. Soares	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Afonso Miguel S. Pereira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Bruna Moreira Rijo	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Daniel Vieira Pereira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Fabiana Eduarda S. Marques	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Guilherme Gomes Pereira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Guilherme Guimarães Fernandes	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Iara Beatriz S. Ribeiro	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: João Manuel C. Rodrigues	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Jordano Fonseca Bernardo	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Lara Sofia F. Faria	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Lara Vieira Pereira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Maiara Silveira Mendes	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Marco André R. Navarros	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Margarida Cunha Rodrigues	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Misael Cabrera Ribeiro	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Rodrigo Filipe F. T. Chaves	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



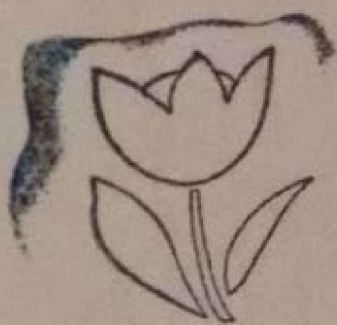
<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Soraia Ferreira Costa	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Walter Kayran M. Oliveira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!
Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)





Dora a exploradora vai envolver, participar e incluir!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

Gostei vs. Não Gostei

Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AE Maximinos

4ª Sessão: Dora explora a disciplina!

1)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
2)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
3)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
4)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
5)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
6)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei

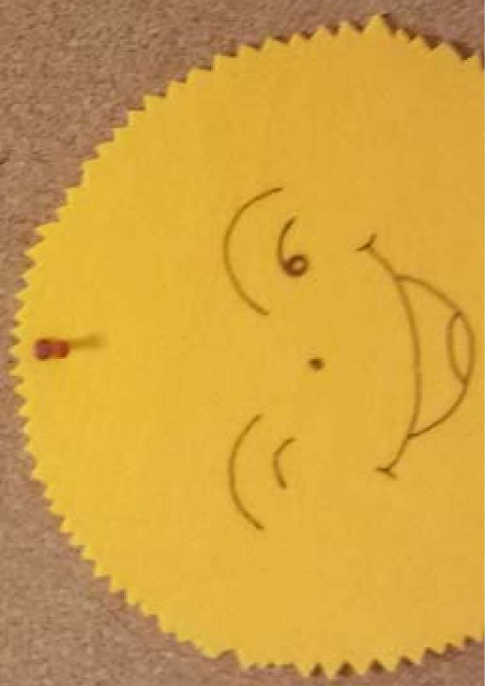
15)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
16)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
17)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
18)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
19)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
20)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
21)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
22)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei

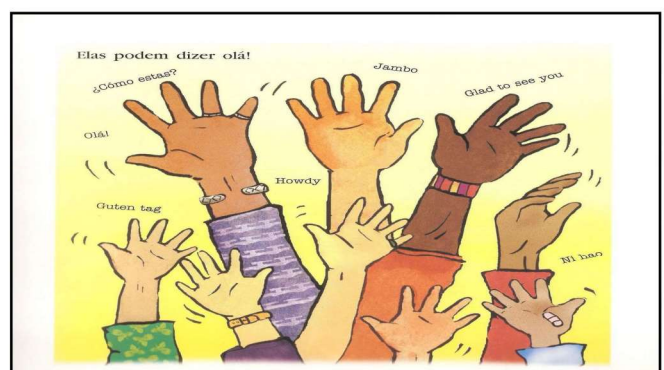
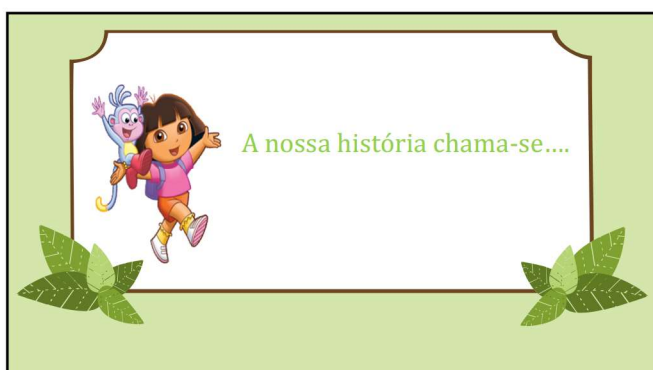
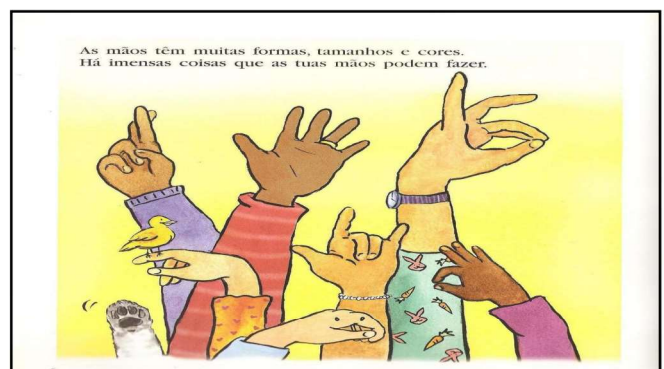
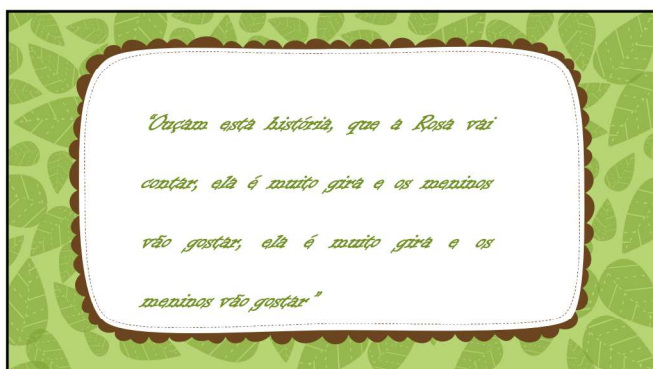
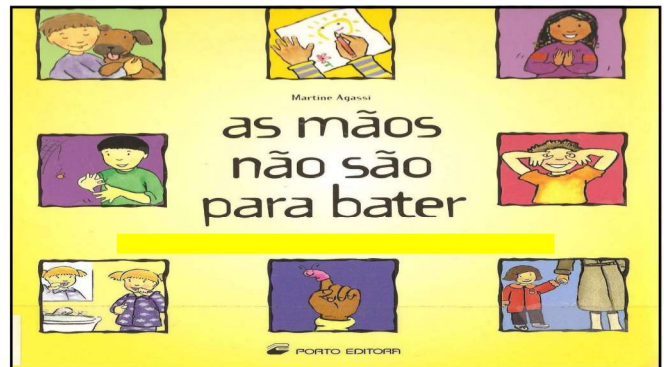
23) Soraia Ferreira Costa	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
24)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
25)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei

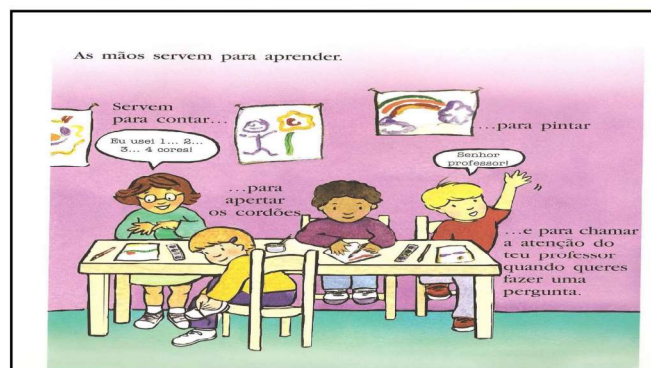
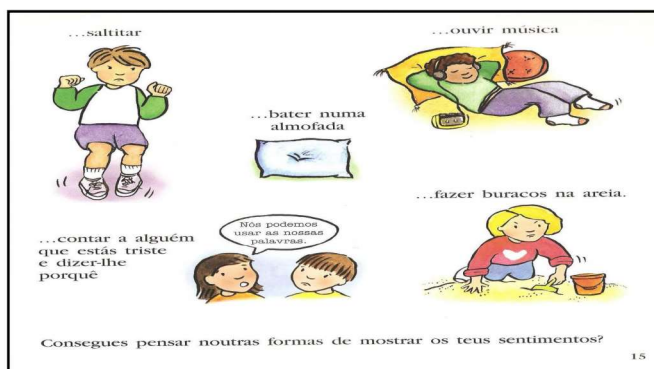
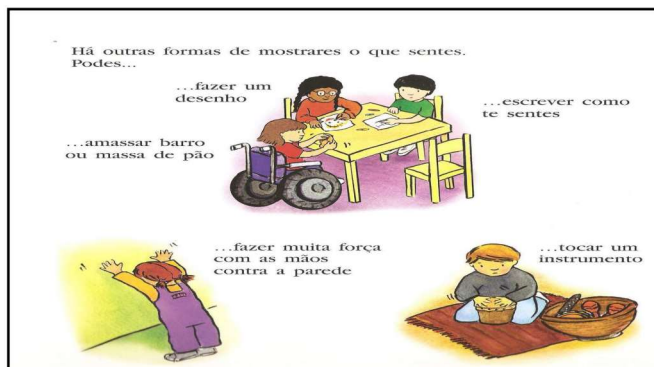
Obrigada! 



IRE QUIETO







As mãos servem para trabalhar.
Podes construir...

...um boneco de neve

...um castelo de areia

...uma torre de legos

...ou juntar aos gelados nozes e uma cereja!

20

É se o teu amigo grita e dá pontapés, empurra ou bate?
Tu não tens de fazer o mesmo.

Podes afastar-te.

Podes procurar outra coisa para fazer,
outro amigo para brincar
ou um adulto que te possa ajudar.

Tu vou falar
com o meu
professor.

Tu
podes
perguntar
à minha
mãe.

O avô podia
ajudar-me.

Talvez
a minha
irmã tenha
uma ideia.

Tu podes dizer ao teu amigo: "As mãos não são para bater!".

23

As mãos servem para brincar, para aprender,
para fazer e construir coisas.

As mãos não são para bater. Nunca se deve bater nos outros.

Destruíste
o nosso castelo!

O que é que podes fazer quando tu e o teu amigo
não se estão a dar bem?

21

As mãos são para ajudar.
Há muitas formas de usar as mãos para ajudar.
Podes...

...fazer a tua cama

...alimentar o teu animal
de estimação

...partilhar os teus
brinquedos com
os teus amigos
e arrumá-los.

24

Podes tentar resolver o problema com ele.

Podes falar com ele.

Podes ouvir o que ele
tem para dizer.

Podes tentar compreender
como o teu amigo se sente.

O teu amigo pode, também,
tentar compreender o que *tu* sentes.

Podemos
construí-lo
outra vez!

Está
sopa!

Podes pensar em diferentes maneiras de resolver os problemas.

22

Podes pôr a mesa.

Podes ajudar
o teu irmão mais
novo a vestir-se.

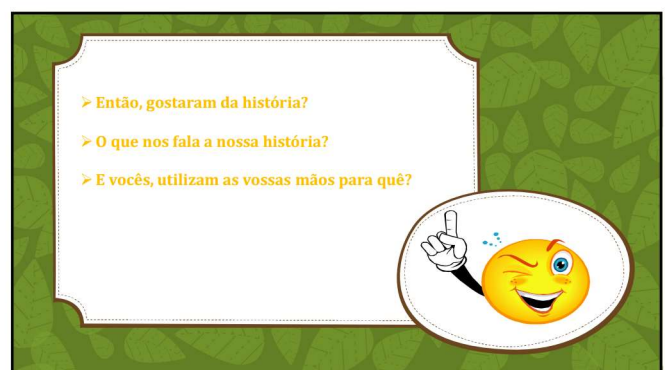
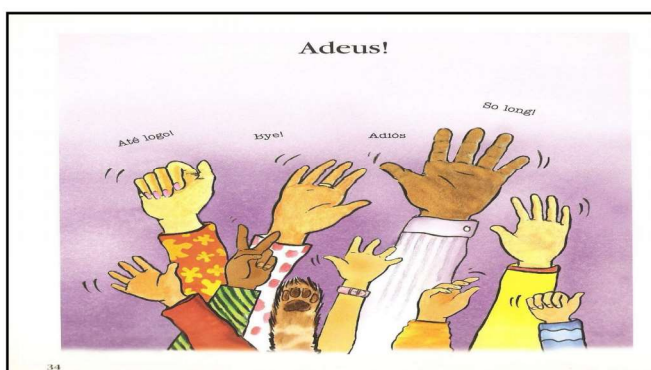
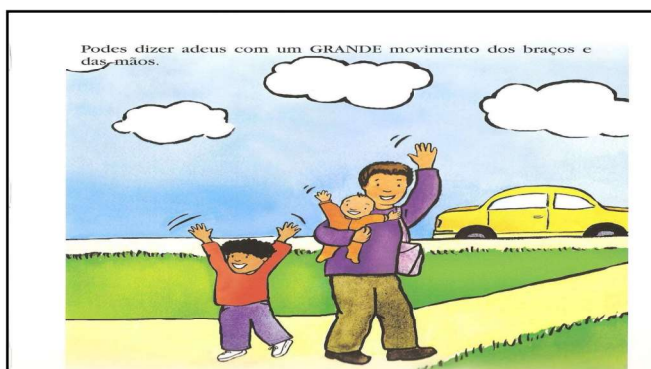
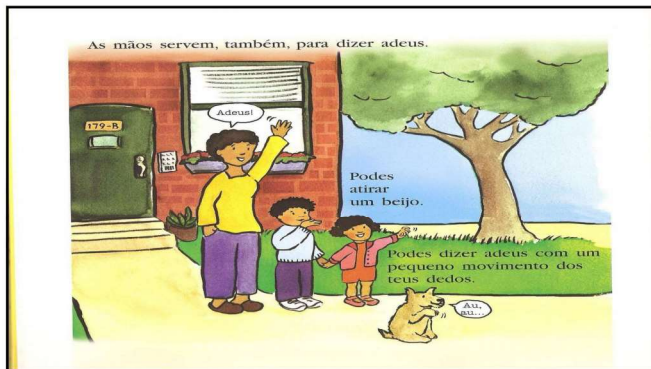
Como é que tu podes ajudar?

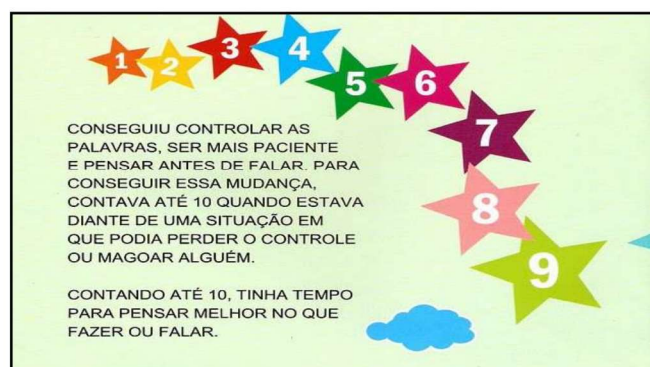
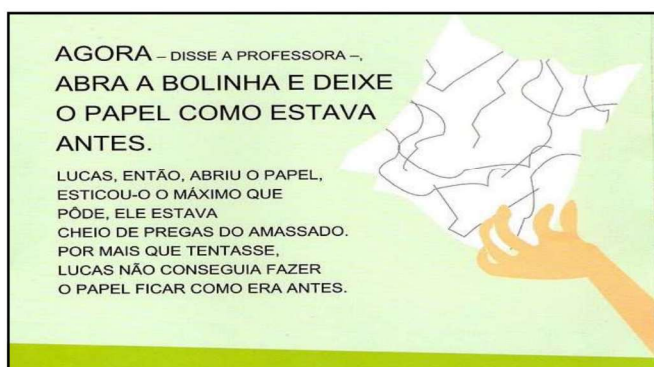
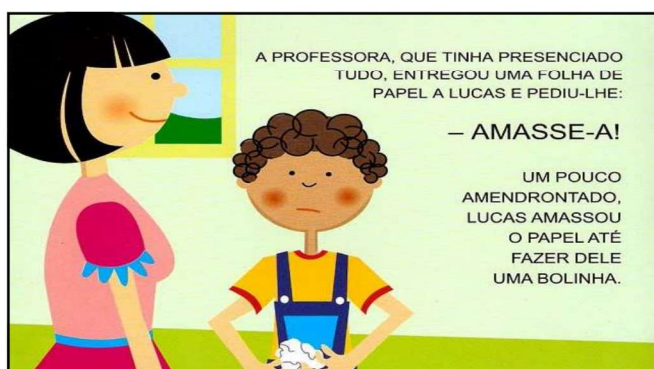
Tu ajudo a
carregar as
compras.

Tu junto as
meias aos pares.

Nós limpamos o chão
quando o sujamos.

25







<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a:	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Afonso Miguel S. Pereira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Daniel Vieira Pereira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Fabiana Eduarda S. Marques	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Guilherme Guimarães Fernandes	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Isac Moreira Q. Vale	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Jordano Fonseca Bernardo	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Lara Vieira Pereira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Maiara Silveira Mendes	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Margarida Cunha Rodrigues	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



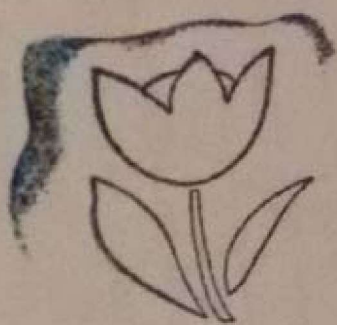
<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Misael Cabrera Ribeiro	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Soraia Ferreira Costa	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



<i>"Eu estou cá!"</i> Crianças Turma: (4/5 anos) do Centro escolar da Naia – AEMaximinos	
Nome aluno/a: Walter Kayran M. Oliveira	
3º Sessão: <i>Dora dá as boas-vindas às crianças e exploram juntas as regras!</i>	
4º Sessão: <i>Dora explora a disciplina!</i>	
5º Sessão: <i>Dora explora o comportamento!</i>	
6º Sessão: <i>Dora explora os pensamentos!</i>	
7º Sessão: <i>Dora explora as emoções e sentimentos!</i>	
9º Sessão: <i>Dora explora todos somos importantes!</i>	
10º Sessão: <i>Dora é "fixe" ser diferente!</i>	
11º Sessão: <i>Dora explora as tarefas de casa e relaxa com as crianças!</i>	
12º Sessão: <i>Dora participa em lanche convívio entre culturas e despede-se de todos!</i>	



7)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
8)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
9)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
10)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
11)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
12)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
13)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
14)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei

23)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
24)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei
25)	 ☐ Gostei	 ☐ Não Gostei

Obrigada! 



Anexo 17- Programa “”Bem vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

Anexo 2: *Lencinho na mão*





Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

“Conta-me a tua experiência!”

Nome: _____

Turma: _____

Data: __/__/__

Olá! Como sabes vamos iniciar agora atividades que tem como objetivo ajudar-te nesta nova fase, o 5º ano! Pedimos-te que respondas a algumas **perguntas simples** para nos ajudar a perceber **como organizas o teu estudo**, de forma a poder ajudar-te com algumas estratégias. Para isso, tenta estar **atento e concentrado**.

Instruções

Basta colocar **uma cruz (x)** dentro do **quadrado** à frente da frase que mais te identifica. Se estiveres indeciso, podes **escolher mais do que uma opção** e se não concordares com nenhuma das frases, **podes escrever na linha onde diz outra**.

Se precisares de alguma ajuda ou não perceberes alguma pergunta, **podes e deves pedir-nos ajuda**.

Obrigada!

O que esperas deste programa?

Conhecer o meu estudo

☐

Saber estudar no 5º ano

☐

Aprender um novo método de estudo

☐

Outra _____



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

Quando pensas que estás no 5º ano, sentes:

- | | |
|-------------|--------------------------|
| Alegria | ☐ |
| Tristeza | ☐ |
| Medo | ☐ |
| Curiosidade | ☐ |
| Outra _____ | |

O 5º ano vai ser mais fácil porque:

- | | |
|----------------------------|--------------------------|
| Eu sei estudar | ☐ |
| Vou conhecer amigos novos | ☐ |
| Os meus pais vão ajudar-me | ☐ |
| Outra _____ | |

O 5º ano vai ser mais difícil porque:

- | | |
|--|--------------------------|
| Não sei se vou habituar-me à nova escola | ☐ |
| Tenho que estudar tantas matérias diferentes | ☐ |
| Tenho medo de não fazer amigos | ☐ |
| Outra _____ | |



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

O que achas que vai mudar no 5ª ano em relação ao 4ª ano?

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| Vou ter mais disciplinas | ☐ |
| Ter mais professores | ☐ |
| Mais trabalhos de casa | ☐ |
| Uma escola maior | ☐ |
| Mais responsabilidade | ☐ |
| Horário mais preenchido | ☐ |
| Outra_____ | |

O que mais te preocupa relativamente ao 5º ano?

- | | |
|---|--------------------------|
| Ter tantos professores | ☐ |
| Não conseguir estudar para todas as disciplinas | ☐ |
| Que os outros não gostem de mim | ☐ |
| Outra_____ | |

O que mais gostavas que acontecesse este ano para não teres dificuldades na escola?

- | | |
|------------------------------------|--------------------------|
| Os professores serem compreensivos | ☐ |
| Ter muitos amigos | ☐ |
| Saber estudar bem | ☐ |
| Outra_____ | |
-



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

Quando tens um problema o que fazes o que fazes para o resolver?

- | | |
|------------------------------|--------------------------|
| Tento resolvê-lo sozinho | ☐ |
| Peço ajuda a um amigo | ☐ |
| Peço ajuda aos meus pais | ☐ |
| Peço ajuda ao meu irmão/irmã | ☐ |
| Peço ajuda aos meus avós | ☐ |
| Peço ajuda a um professor | ☐ |
| Outra _____ | |
-

Quantos dias por semana estudas?

- | | |
|--------------------|--------------------------|
| Nenhum dia | ☐ |
| 1 dia | ☐ |
| 2 dias | ☐ |
| 3 dias | ☐ |
| 4 dias | ☐ |
| De segunda à sexta | ☐ |
| Ao fim de semana | ☐ |
| Todos os dias | ☐ |
-



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

Quanto tempo diário dedicas ao estudo?

Nenhuma hora	☐
1H	☐
2H	☐
3H	☐
Mais	☐
Quantas? _____	

Qual o teu local de estudo?

Nenhum	☐
O teu quarto	☐
Sala	☐
Cozinha	☐
Escritório	☐
Biblioteca da escola	☐
Outro _____	



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

Como é o teu local de estudo?

- | | |
|---|--------------------------|
| Organizado | ☐ |
| Desorganizado | ☐ |
| Silencioso | ☐ |
| Com TV, rádio, PC, telemóvel ou <i>tablet</i> | ☐ |
| Partilhado com outra pessoa | ☐ |
| Com luz natural (luz do sol) | ☐ |
| Com luz artificial (lâmpadas) | ☐ |
| Outro _____ | |
-

Estudar é igual ou diferente de fazer os TPC's?

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------|
| Estudar é igual a fazer os TPC | ☐ |
| Estudar é diferente de fazer os TPC | ☐ |
| Gosto mais de estudar | ☐ |
| Gosto mais de fazer os TPC | ☐ |
| Não gosto de estudar | ☐ |
| Não gosto de fazer os TPC | ☐ |
| Justifica as tuas opções _____ | |
| _____ | |
| _____ | |
-



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

Que estratégias utilizas para estudar?

- | | |
|--|--------------------------|
| Lês o manual da disciplina | ☐ |
| Lês o caderno diário | ☐ |
| Fazes apontamentos das matérias lecionadas nas aulas | ☐ |
| Fazes exercícios/fichas | ☐ |
| Vais à biblioteca | ☐ |
| Tens explicações | ☐ |
| Outra _____ | |

O que fazes para preparar um teste?

- | | |
|--|--------------------------|
| Lês o manual da disciplina | ☐ |
| Lês o caderno diário | ☐ |
| Fazes apontamentos das matérias lecionadas nas aulas | ☐ |
| Fazes exercícios/fichas | ☐ |
| Vais à biblioteca | ☐ |
| Tens explicações | ☐ |
| Decoras a matéria | ☐ |
| Pedes ajuda a um adulto para que te faça perguntas sobre a matéria | ☐ |
| Outra _____ | |
-



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

Quando comesças a estudar para o teste?

Não estudo ☐

No próprio dia ☐

Dois dias antes ☐

Uma semana antes ☐

Quinze dias antes ☐

Um mês antes ☐

Outra _____

Como me descrevo enquanto aluno:

Muito Obrigada...!



As psicólogas,

Dr.ª Sónia Dias

Dr.ª Ana Luísa Faria

Dr.ª Bruna Rodrigues

Dr.ª Rosa Araújo



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



Papel do Psicólogo

O Psicólogo é um profissional de ajuda. Um dos seus principais objetivos passa pela avaliação e intervenção na modificação de comportamentos que estejam a interferir com o bem-estar da pessoa e/ou de quem a rodeia, bem como a reeducação de hábitos.

Através do acompanhamento Psicológico pretende-se que as pessoas reencontrem o seu equilíbrio emocional e desenvolvam um processo de aprendizagem que lhes permita lidar mais facilmente com adversidades futuras.

O Psicólogo baseia a sua intervenção no estabelecimento duma relação de empatia e respeito pelo paciente. Desta forma, perante a aceitação das diferenças individuais e preservação da sua intimidade, constrói-se uma aliança terapêutica favorecedora do processo de mudança. Neste processo, o contexto e a família são muito importantes, sendo que ninguém vive sozinho.

" (...) Ser Feliz é não ter medo dos próprios sentimentos. Pedras no caminho? Guardo-as todas, um dia vou construir um castelo..."

Fernando Pessoa.

O Papel do Psicólogo junto das crianças e jovens

Os Psicólogos ajudam as crianças e os jovens a serem bem-sucedidos tanto a nível académico, como a nível social e emocional. Todas as crianças e jovens são únicos e especiais. Atravessam ao longo do seu desenvolvimento diversas etapas, associadas a dificuldades emergentes do processo de crescimento, que podem conduzir a consequências negativas nas suas vidas.

Algumas situações em que pode ser útil a intervenção de um psicólogo são: a) ansiedade, baixa autoestima, timidez e dificuldades nas competências sociais, dificuldades na aprendizagem, depressão, medos e fobias, problemas de comportamento, luto, entre outros.



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



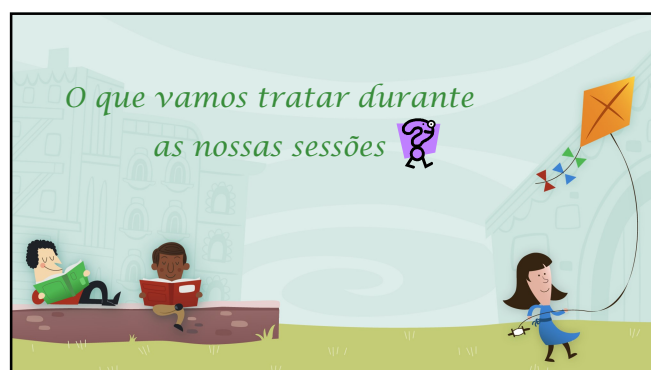
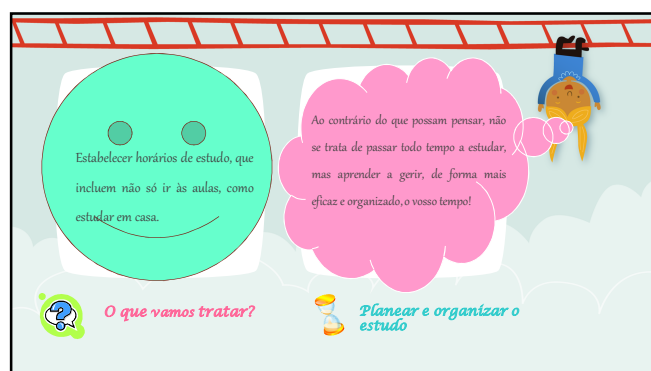
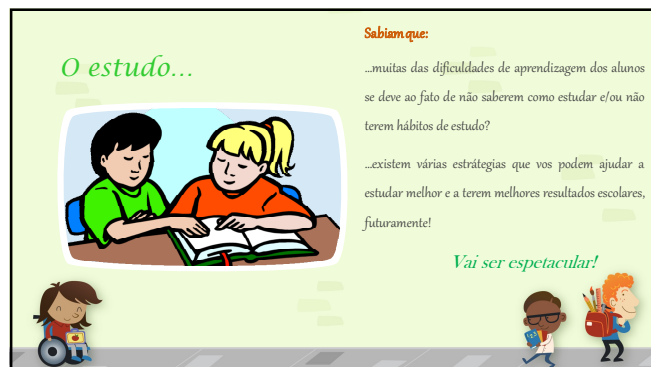
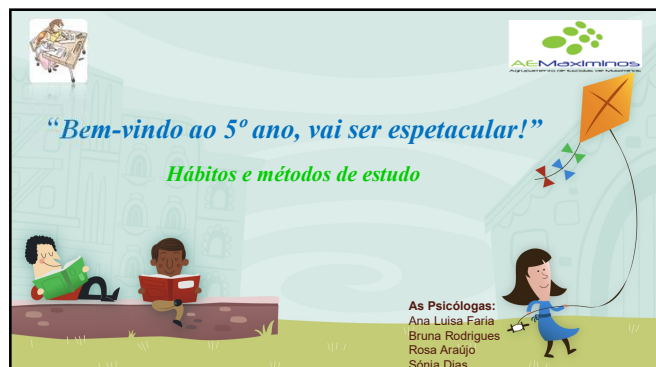
Explicar às crianças a função do Psicólogo

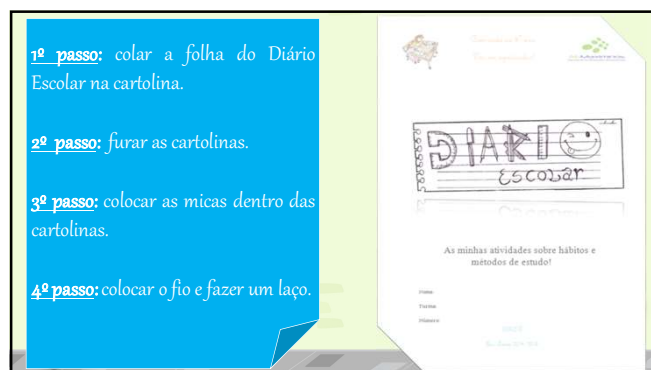
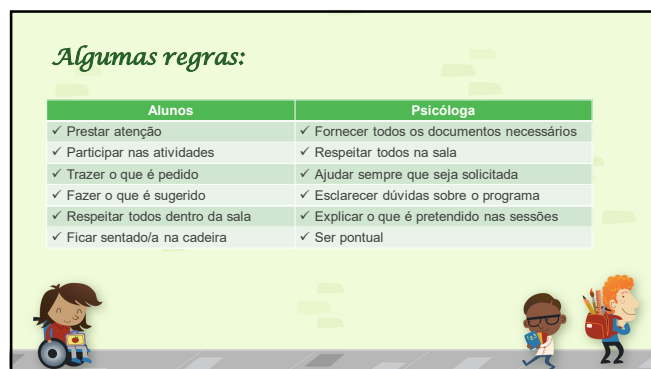
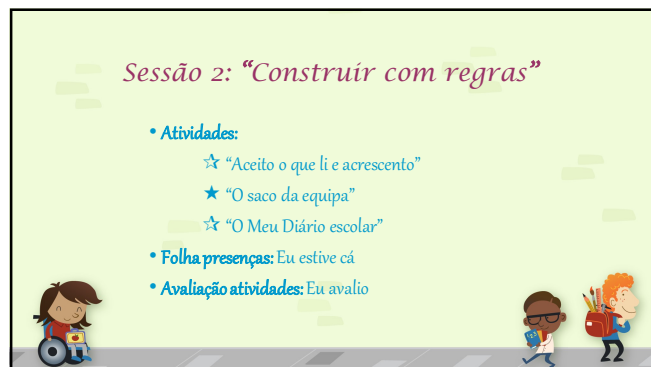
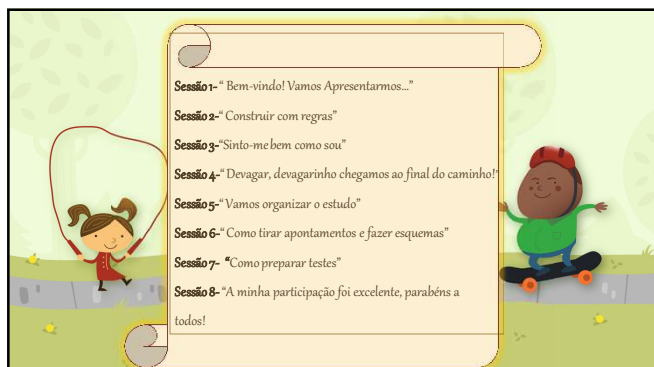
"Um Psicólogo é alguém que nos ajuda a superar as nossas dificuldades, quando temos problemas em casa, com o estudo ou com os colegas. Os Psicólogos estão disponíveis para nos ouvir, sem julgar os nossos comportamentos, querem que sejamos mais felizes".

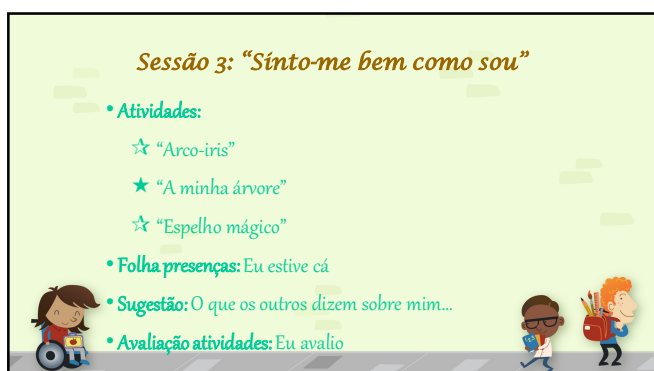
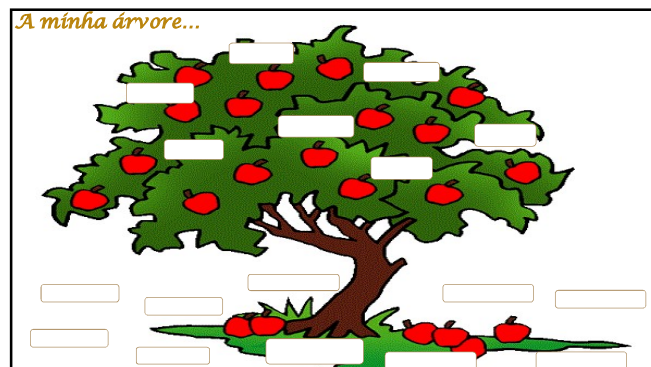
"Procurar a ajuda de um Psicólogo é um gesto de valentia e responsabilidade, do qual deves orgulhar-te! Existem algumas pessoas que não procuram esse apoio porque pensam que estão a assumir uma fraqueza ou incapacidade. Outras pensam que procurar um Psicólogo é sinal de que estão "maluquinhas", e sentem vergonha em dirigir-se à consulta de Psicologia. Nada disto é verdade, procurar o apoio de um profissional especializado, pode ajudar-te a resolver os teus problemas, nunca te esqueças!"

"As crianças que vão ao Psicólogo não são diferentes das outras crianças. Tal como algumas crianças usam óculos para ver melhor, outras precisam de ajuda para solucionar adequadamente os seus problemas. Mas deves saber que um psicólogo não resolve nada sozinho, pelo que, a solução dos teus problemas implica esforço e motivação da tua parte."

Fim







Sentimentos negativos	Sentimentos positivos
Não sou bom/boa no que faço	Sou bom no que faço
Não sou bonito/a	Sou bonito/a
Não sou capaz	Eu sou capaz
Não consigo	Eu consigo
Não gosto de mim	Gosto de mim
Não sei pedir ajuda	Sei pedir ajuda
Não sou feliz	Sou feliz
Não sou amado/a	Sou amado/a
Não sou admirado/a	Sou admirado
Sinto-me inferior aos outros	Não me sinto inferior aos outros
Não sei estudar	Sei estudar
Não vou ter boa nota	Vou ter boa nota
Não vou passar de ano	Vou passar de ano
Não vou ter sucesso	Vou ter sucesso
Não gostam de mim	Gostam de mim



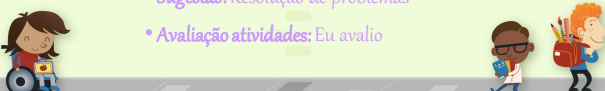
A Formiga-General - Planificação

"A Formiga-General deu "alto" às tropas e respondeu indignada:
 – Ilustre Vermelho, nós não passámos. Nós deslocamo-nos no terreno – se fosse possível o Vermelho teria corado. – Como ia dizendo, somos um exército organizado e instruído na antiga tradição PLEA – o Vermelho fez um ar de espanto, felizmente a formiga não reparou. – Antes de agir, antes de fazermos qualquer coisa, planificamos (PLEA). Como nos ensinaram as nossas avós formigas, em primeiro lugar estabelecemos um plano para as nossas deslocações no terreno, o que quer dizer pensar antes...
 – Isso da planificação deve ser mesmo importante, em tão pouco tempo já ouvimos falar dela duas vezes – comentaram as cores em voz baixa para que a formiga não escutasse.
 – Como estava a dizer – continuou a formiga com um tom militar –, para planificar, primeiro fazemos uma lista daquilo que precisamos de saber e de fazer para que tudo corra bem. Depois, para evitarmos problemas, distribuímos o tempo total pelas tarefas – impressionadas, as cores acenaram positivamente com a cabeça (elas perdiam tempo em cada esquina!)"



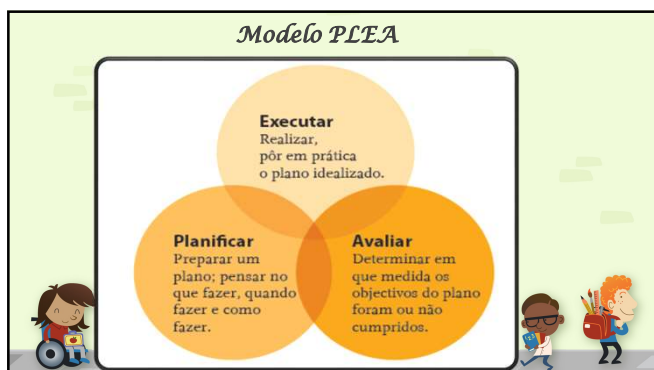
Sessão 4: "Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!"

- Atividades:
 - ★ "A Formiga-General"
 - ☆ "Subindo a árvore"
- Folha presenças: Eu estive cá
- Sugestão: Resolução de problemas
- Avaliação atividades: Eu avalio



A Formiga-General - Execução

"Segue-se a segunda fase: a execução (PLEA), que quer dizer pensar durante. Quando nos deslocamos, eu coordeno as tropas para que tudo corra de acordo com o previsto. A Formiga-General falava com muita segurança e desembaraço, dava gosto ouvi-la. As cores uniram as cabeças para não perderem nenhuma das suas palavras, até o Sarabico assistiu quietinho, espreitando pelo anel que sobrou no meio das cabeças das cores, o que para um esquilo irrequieto é uma grande façanha. Entusiasmada com o interesse das cores, a Formiga-General, tossicou novamente e continuou:
 – Cada uma das nossas caminhadas envolve a deslocação de muitos meios e esforços, temos de carregar muito alimento para as nossas enormes despesas, respeitando os prazos previstos. Não nos podemos enganar no caminho, nem desperdiçar energia a andar para cá e para lá; por isso confirmo constantemente o nosso rumo. No exército das formigas chamamos a esta operação "monitorizar", que quer dizer confirmar se está tudo a correr como previsto – as cores estavam pasmadas com tanta sabedoria."

A Formiga-General - Avaliação



"Por fim, entramos na terceira e última fase: a avaliação (PLEA), que quer dizer pensar depois. Quando terminamos uma etapa temos de avaliar se cumprimos o que tínhamos previsto, se carregámos alimento suficiente, se nos atrasámos, se nos afastámos do caminho da despesa..."



Sessão 5: “Vamos organizar o estudo”

- **Atividades:**
 - ★ “Vamos organizar o estudo”
- **Folha presenças:** Eu estive cá
- **Sugestão:** Sopa de letras
- **Avaliação atividades:** Eu avalio

Um problema deve ser dividido em pequenas etapas:

- ★ Como se faz para comer uma sandes?
- ★ Como se prepara a mochila?
- ★ O que devemos fazer para preparar uma ida à piscina ou à praia?
- ★ Como se prepara os trabalhos de casa?
- ★ Prepara a prenda para o dia do pai/mãe?

FIM

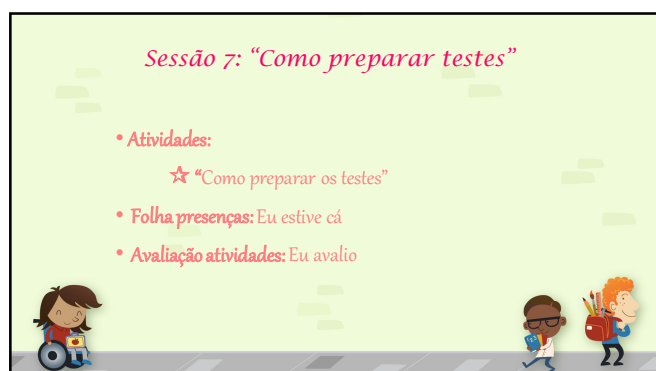
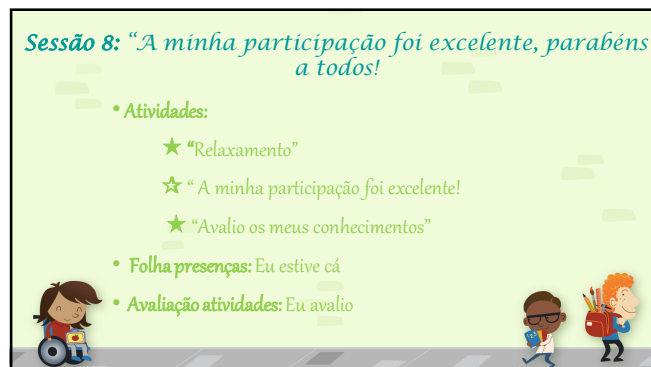
Obrigada!

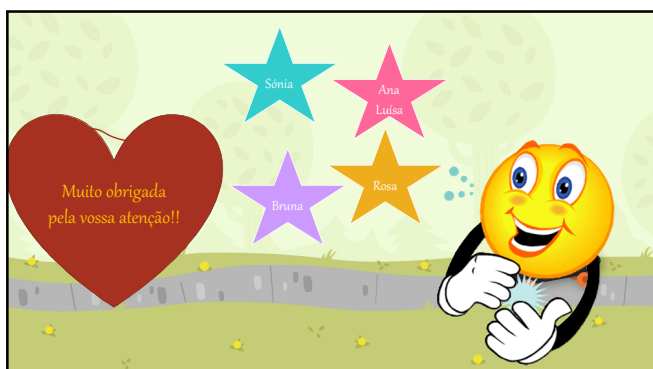
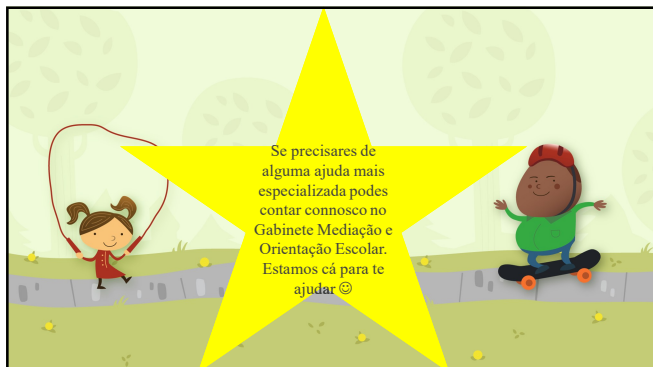
FIM

Obrigada!

Sessão 6: “Como tirar apontamentos e fazer esquemas”

- **Atividades:**
 - ★ “Como tirar apontamentos e fazer esquemas”
- **Folha presenças:** Eu estive cá
- **Sugestão:** Notícia
- **Avaliação atividades:** Eu avalio







Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

"EU ESTIVE CÁ"

Ano: 5º

Turma: 7

	1ª Sessão	2ª Sessão	3ª Sessão	4ª Sessão	5ª Sessão	6ª Sessão	7ª Sessão	8ª Sessão
	9/04/2015	16/04/2015	23/04/2015	30/04/2015	7/05/2015	14/05/2015	21/05/2015	28/05/2015
Nome do/a Aluno/a								
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
7.								
8.								
9.								



Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!"

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

10.								
11.								
12.								
13.								
14.								
15.								
16.								
17.								
18.								
19.								
20.								



Bem-vindo ao 9º ano, vai ser espetacular!

ESTUDAR



Bem-vindo ao 9º ano, vai ser espetacular!

Corretas

Incorretas

Iniciativa	Não tomar iniciativa
Atenção	Desatenção
Concentração	Desconcentração
Organizado	Desorganizado
Estudo	Não estudar
Determinação	Não ser determinado
Interesse	Desinteresse
Motivação	Desmotivação
Disciplina	Indisciplina
Responsabilidade	Irresponsabilidade
Criação de objetivos	Não ter objetivos
Estabelecer prioridades	Não ter prioridades
Persistente	
Pontual	Atrasado
Assíduo	Faltar
Bom aluno	
Empenhado	



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

Eu avalio

Gostaste das atividades que fizemos juntos?

Nome do Aluno: _____

Turma: _____

Ano: 5º



A folha “Eu avalio” tem como objetivo dar-nos a conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques a carinha feliz, indiferente ou triste, mediante o que sentiste na sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós! ☺

<i>Sessão</i>	<i>Avaliação Carínha</i>
<i>1ª Sessão - Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...</i>	
<i>2ª Sessão - Construir com regras!</i>	
<i>3ª Sessão - Sinto-me bem como sou!</i>	



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

<i>4ª Sessão - Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!</i>	
<i>5ª Sessão - Vamos organizar o estudo!</i>	
<i>6ª Sessão - Como tirar apontamentos e fazer esquemas!</i>	
<i>7ª Sessão - Como preparar os testes!</i>	
<i>8ª Sessão - A minha participação foi excelente, parabéns a todos!</i>	



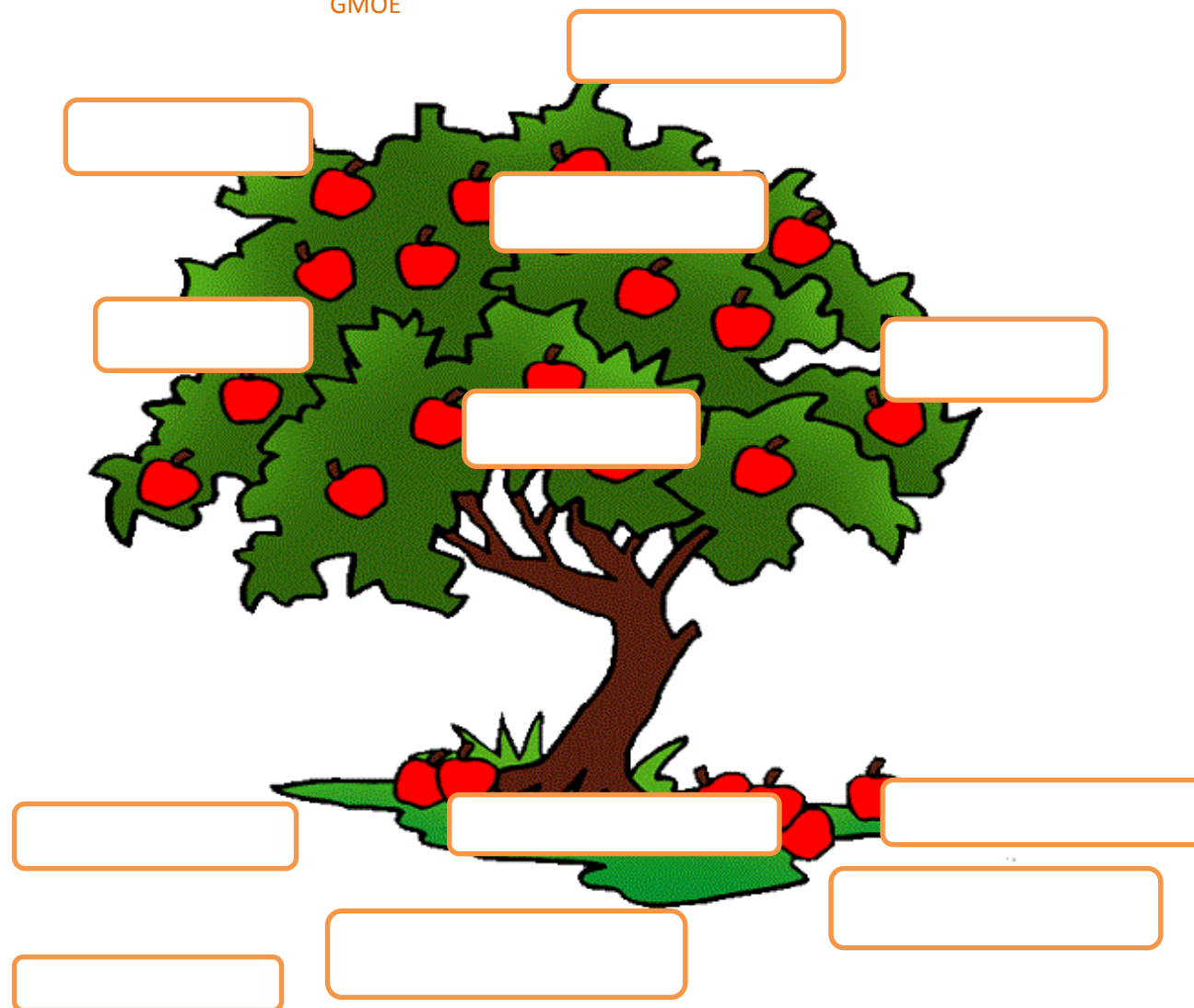
Arco-íris





Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

GMOE





Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Sentimentos negativos	Sentimentos positivos
Não sou bom/boa no que faço	Sou bom no que faço
Não sou bonito/a	Sou bonito/a
Não sou capaz	Eu sou capaz
Não consigo	Eu consigo
Não gosto de mim	Gosto de mim
Não sei pedir ajuda	Sei pedir ajuda
Não sou feliz	Sou feliz
Não sou amado/a	Sou amado/a
Não sou admirado/a	Sou admirado
Sinto-me inferior aos outros	Não me sinto inferior aos outros
Não sei estudar	Sei estudar
Não vou ter boa nota	Vou ter boa nota
Não vou passar de ano	Vou passar de ano
Não vou ter sucesso	Vou ter sucesso
Não gostam de mim	Gostam de mim



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

GMOE





Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

"EU ESTIVE CÁ"

Ano:

Turma:

	1ª Sessão	2ª Sessão	3ª Sessão	4ª Sessão	5ª Sessão	6ª Sessão	7ª Sessão	8ª Sessão
Nome do/a Aluno/a	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								



Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								



Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!!”

GMOE

21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								



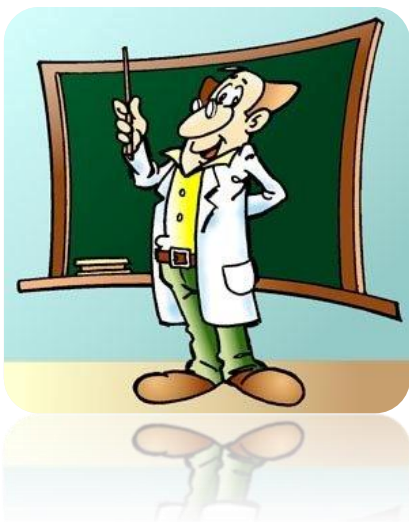
Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

GMOE

Dizem que eu sou....

Nome:

Turma:



O/A professor/a



O/A auxiliar



O/A amigo/a



Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!

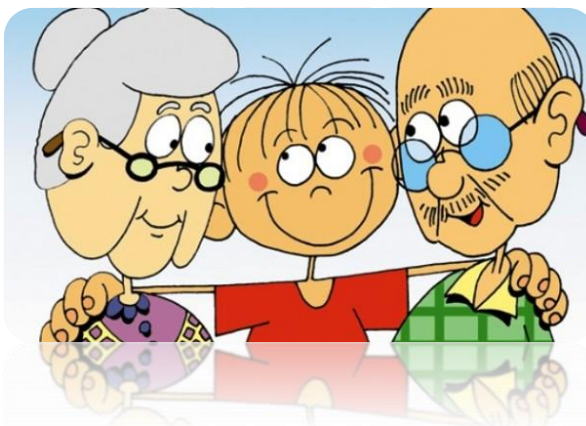
GMOE



O pai/ A mãe



O/a irmão/ã



O/A avô/ó



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

GMOE – Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Eu avalio

Gostaste das atividades que fizemos juntos?

Nome do Aluno: _____

Turma: _____

Ano: 5º



A folha “Eu avalio” tem como objetivo dar-nos a conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques a carinha feliz, indiferente ou triste, mediante o que sentiste na sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós! 😊

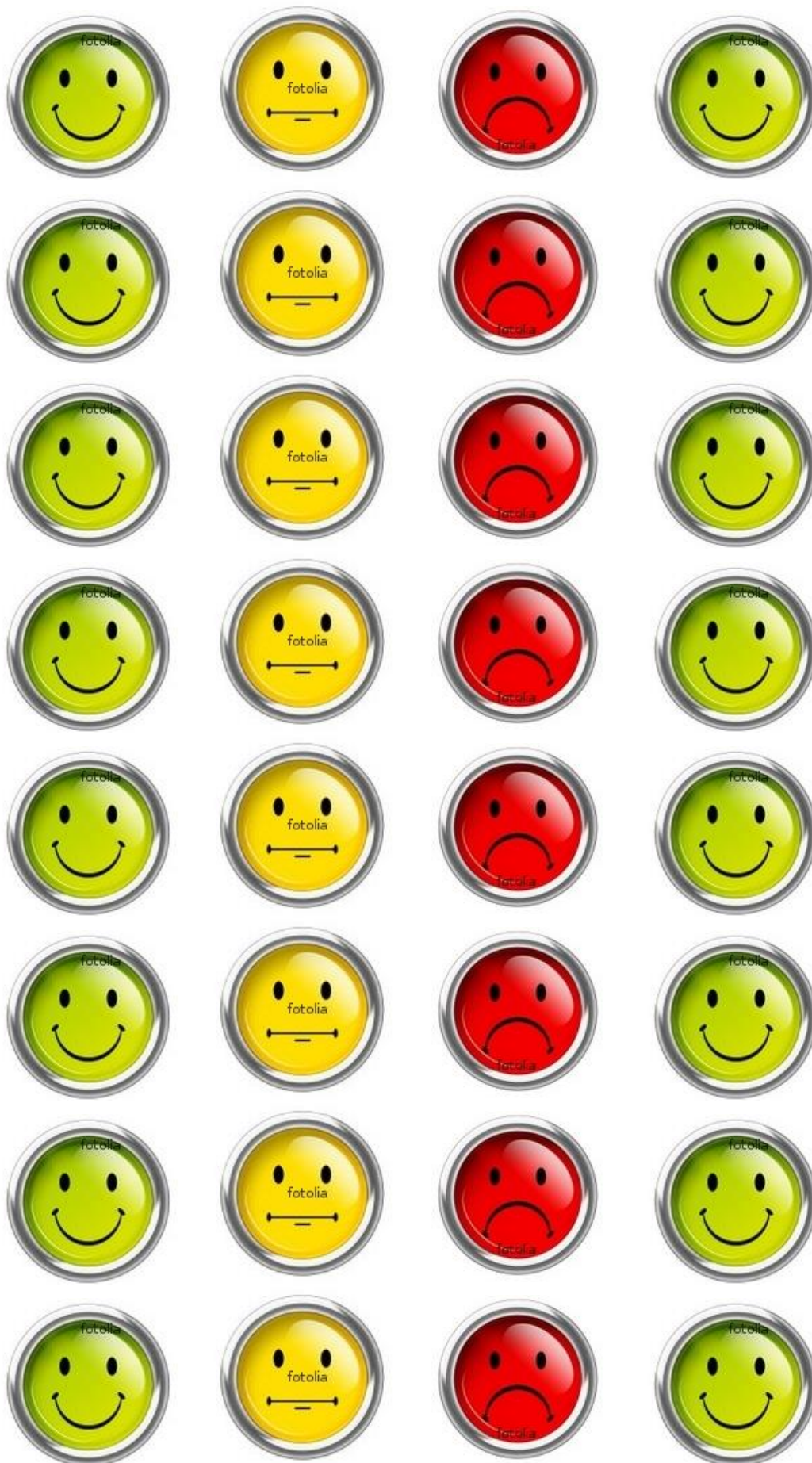
<i>Sessão</i>	<i>Avaliação Carínha</i>
<i>1ª Sessão – Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...</i>	
<i>2ª Sessão -</i>	



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

GMOE – Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

<i>3ª Sessão – Sinto-me bem como sou!</i>	
<i>4ª Sessão – Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!</i>	
<i>5ª Sessão – Vamos organizar o estudo</i>	
<i>6ª Sessão – Como tirar apontamentos e fazer esquemas</i>	
<i>7ª Sessão – Como preparar os testes</i>	
<i>8ª Sessão – A minha participação foi excelente, parabéns a todos!</i>	





“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

“A Formiga-General”

“A Formiga-General deu “alto” às tropas e respondeu indignada:

– Ilustre Vermelho, nós não passeamos. Nós deslocamo-nos no terreno – se fosse possível o Vermelho teria corado. – Como ia dizendo, somos um exército organizado e instruído na antiga tradição PLEA – o Vermelho fez um ar de espanto, felizmente a formiga não reparou. – Antes de agir, antes de fazermos qualquer coisa, planificamos (PLEA). Como nos ensinaram as nossas avós formigas, em primeiro lugar estabelecemos um plano para as nossas deslocações no terreno, o que quer dizer pensar antes...

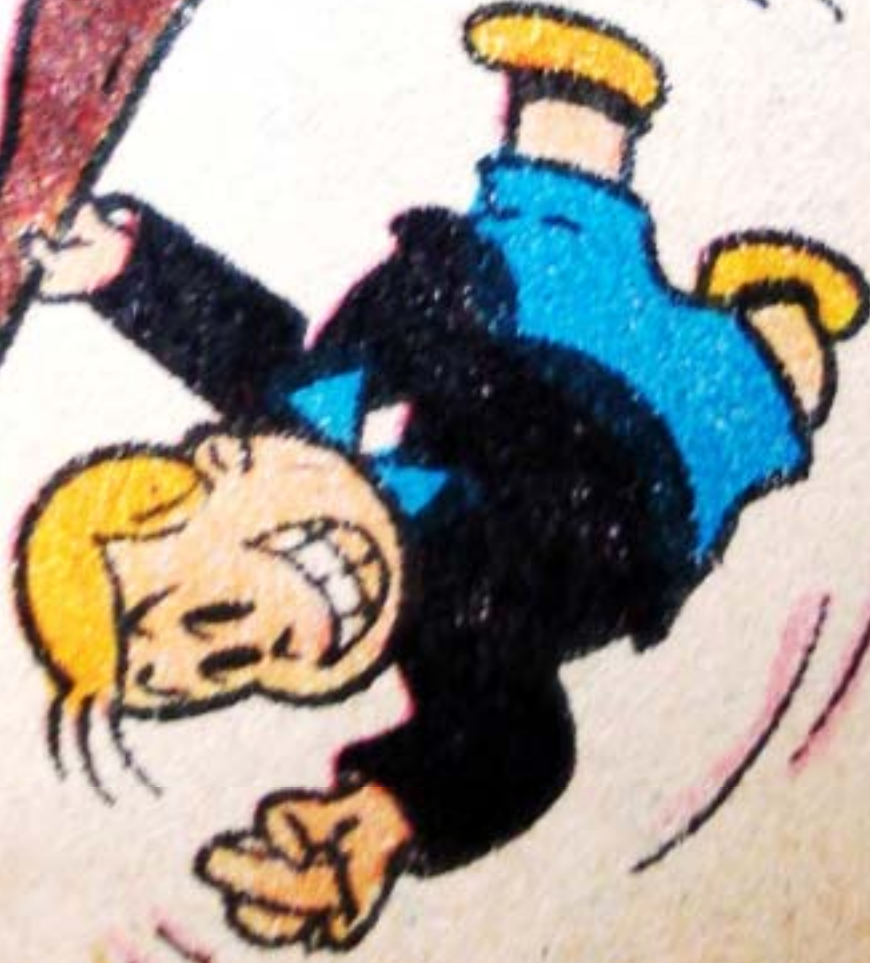
– Isso da planificação deve ser mesmo importante, em tão pouco tempo já ouvimos falar dela duas vezes – comentaram as cores em voz baixa para que a formiga não escutasse.

– Como estava a dizer – continuou a formiga com um tom militar –, para planificar, primeiro fazemos uma lista daquilo que precisamos de saber e de fazer para que tudo corra bem. Depois, para evitarmos problemas, distribuímos o tempo total pelas tarefas – impressionadas, as cores acenaram positivamente com a cabeça (elas perdiam tempo em cada esquina!)“

“Segue-se a segunda fase: a execução (PLEA), que quer dizer pensar durante. Quando nos deslocamos, eu coordeno as tropas para que tudo corra de acordo com o previsto. A Formiga-General falava com muita segurança e desembaraço, dava gosto ouvi-la. As cores uniram as cabeças para não perderem nenhuma das suas palavras, até o Sarabico assistiu quietinho, espreitando pelo anel que sobrou no meio das cabeças das cores, o que para um esquilo irrequieto é uma grande façanha. Entusiasmada com o interesse das cores, a Formiga-General, tossicou novamente e continuou:

– Cada uma das nossas caminhadas envolve a deslocação de muitos meios e esforços, temos de carregar muito alimento para as nossas enormes despensas, respeitando os prazos previstos. Não nos podemos enganar no caminho, nem desperdiçar energia a andar para cá e para lá; por isso confirmo constantemente o nosso rumo. No exército das formigas chamamos a esta operação ‘monitorizar’, que quer dizer confirmar se está tudo a correr como previsto – as cores estavam pasmadas com tanta sabedoria.”

SUBINDO
NA ÁRVORE...





Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

“EU ESTIVE CÁ”

Ano:

Turma:

	1ª Sessão	2ª Sessão	3ª Sessão	4ª Sessão	5ª Sessão	6ª Sessão	7ª Sessão	8ª Sessão
Nome do/a Aluno/a	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								



Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

GMOE – Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Eu avalio

Gostaste das atividades que fizemos juntos?

Nome do Aluno: _____

Turma: _____

Ano: 5º



A folha “Eu avalio” tem como objetivo dar-nos a conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques a carinha feliz, indiferente ou triste, mediante o que sentiste na sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós! 😊

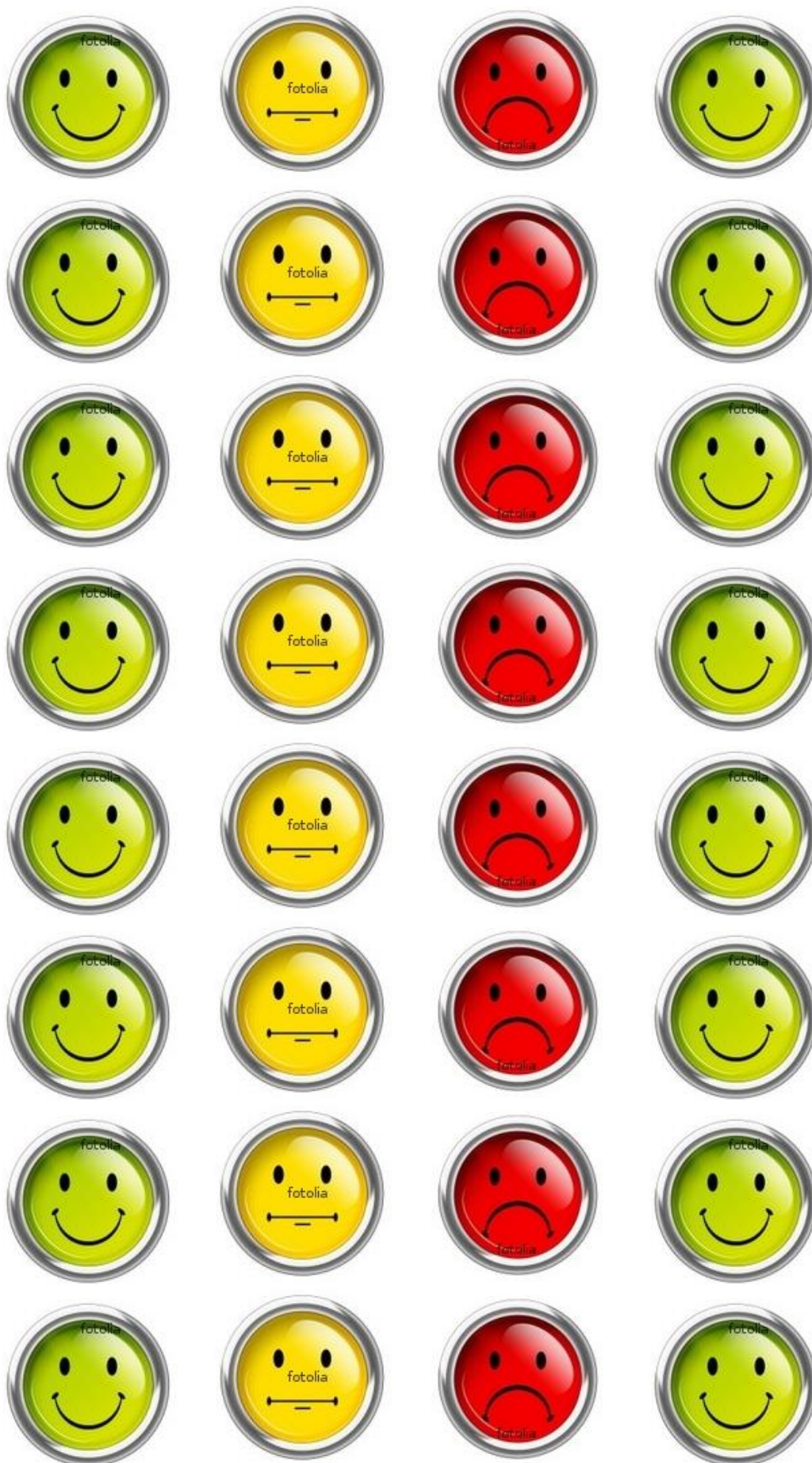
<i>Sessão</i>	<i>Avaliação Carínha</i>
<i>1ª Sessão – Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...</i>	
<i>2ª Sessão -</i>	

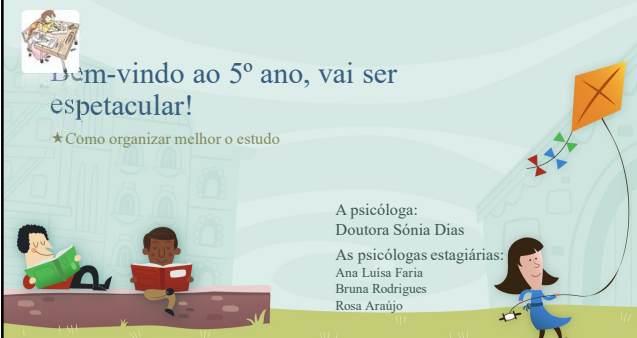


Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

GMOE – Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

<i>3ª Sessão – Sinto-me bem como sou!</i>	
<i>4ª Sessão – Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!</i>	
<i>5ª Sessão – Vamos organizar o estudo</i>	
<i>6ª Sessão – Como tirar apontamentos e fazer esquemas</i>	
<i>7ª Sessão – Como preparar os testes</i>	
<i>8ª Sessão – A minha participação foi excelente, parabéns a todos!</i>	



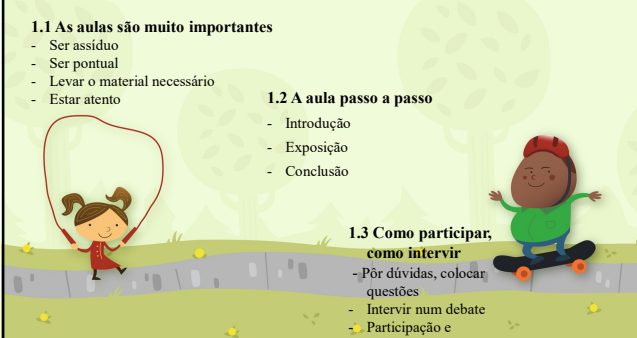


Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

★ Como organizar melhor o estudo

A psicóloga:
Doutora Sónia Dias

As psicólogas estagiárias:
Ana Luisa Faria
Bruna Rodrigues
Rosa Araújo



1.1 As aulas são muito importantes

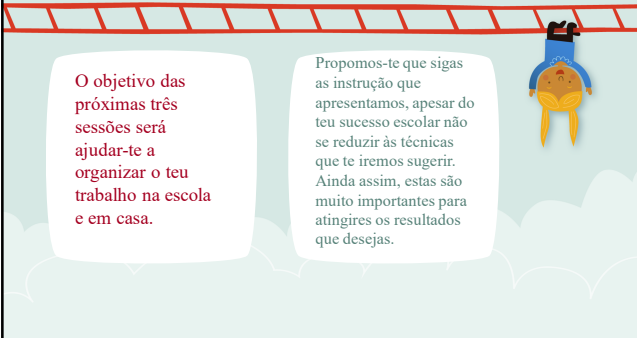
- Ser assíduo
- Ser pontual
- Levar o material necessário
- Estar atento

1.2 A aula passo a passo

- Introdução
- Exposição
- Conclusão

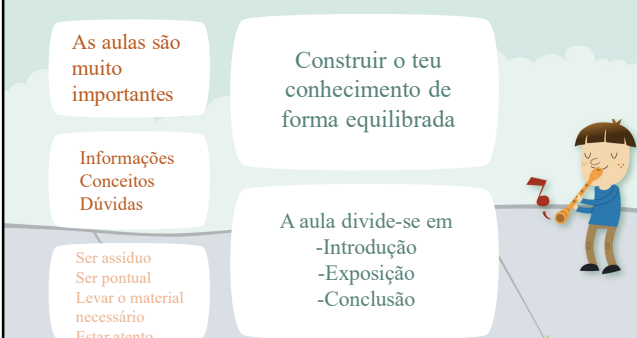
1.3 Como participar, como intervir

- Pôr dúvidas, colocar questões
- Intervir num debate
- Participação e avaliação



O objetivo das próximas três sessões será ajudar-te a organizar o teu trabalho na escola e em casa.

Propomos-te que sigas as instruções que apresentamos, apesar do teu sucesso escolar não se reduzir às técnicas que te iremos sugerir. Ainda assim, estas são muito importantes para atingires os resultados que desejas.



As aulas são muito importantes

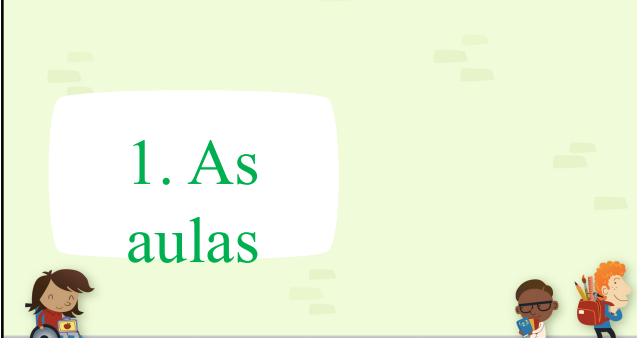
Informações
Conceitos
Dúvidas

Ser assíduo
Ser pontual
Levar o material necessário
Estar atento

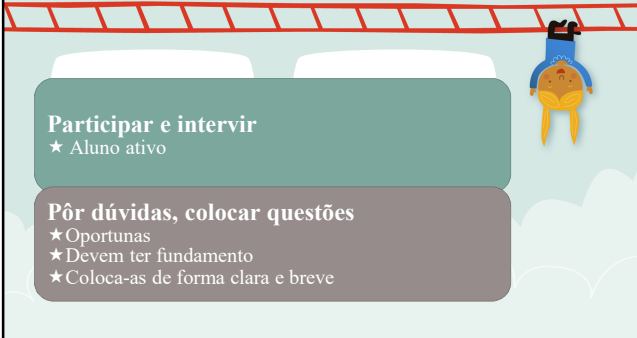
Construir o teu conhecimento de forma equilibrada

A aula divide-se em

- Introdução
- Exposição
- Conclusão



1. As aulas

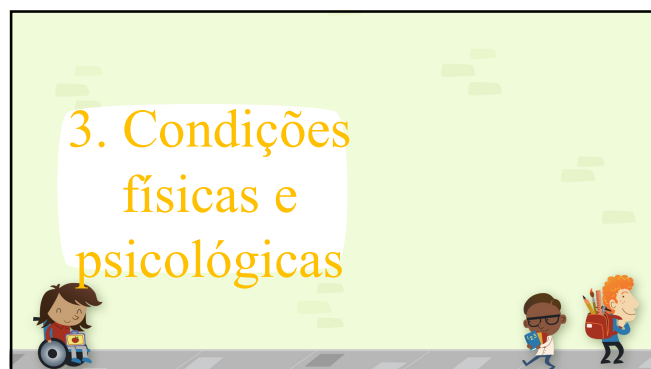
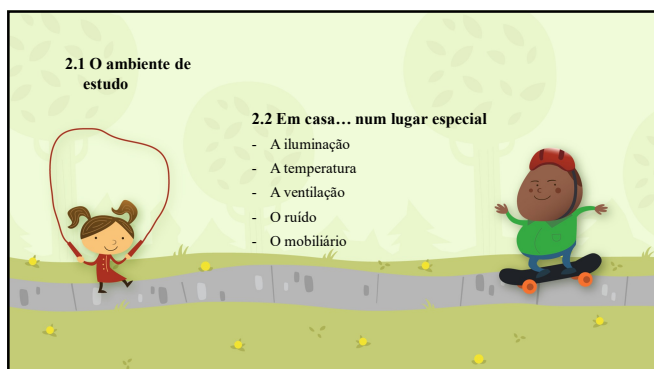
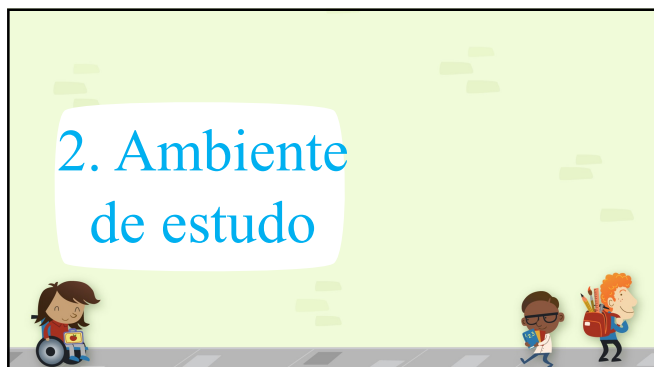


Participar e intervir

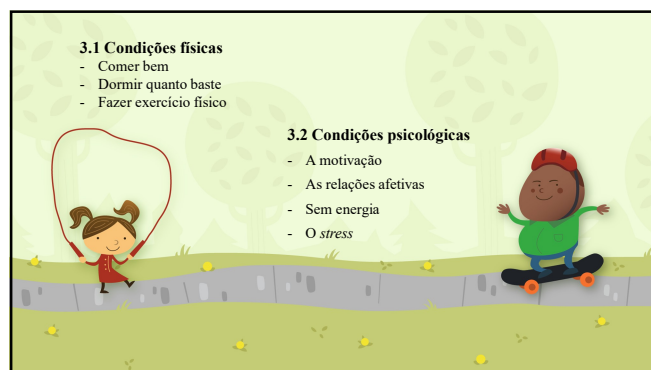
★ Aluno ativo

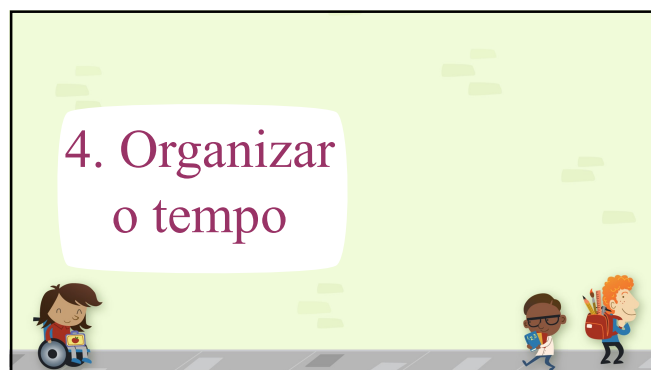
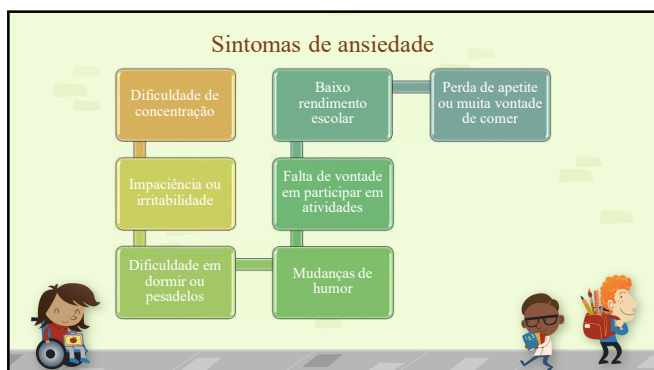
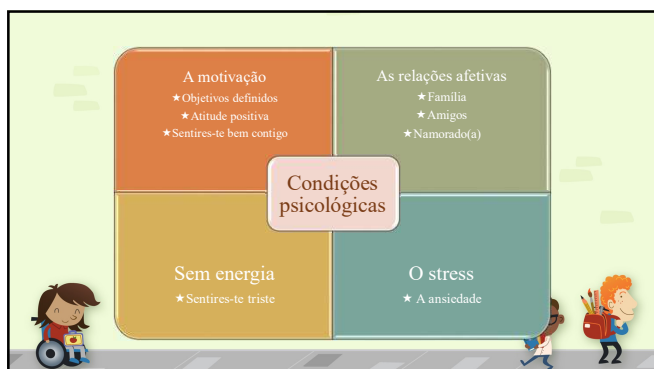
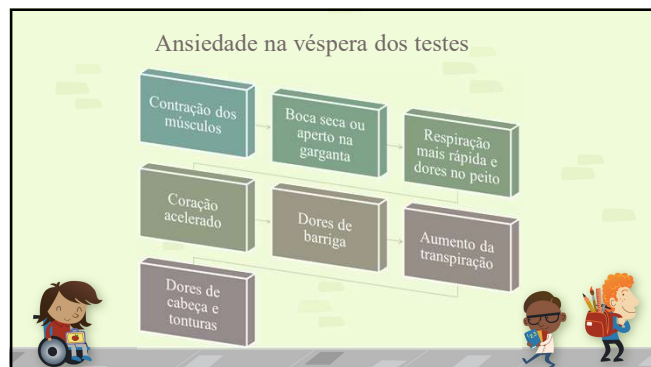
Pôr dúvidas, colocar questões

- ★ Oportunas
- ★ Devem ter fundamento
- ★ Coloca-as de forma clara e breve



I. LOCAL DE ESTUDO			
I.1	Estudo em silêncio.	Sim	Não
I.2	Estudo com música de fundo.	Sim	Não
I.3	O meu local de estudo está quase sempre organizado.	Sim	Não
I.4	Tenho um lugar próprio para estudar sozinho(a).	Sim	Não
I.5	Estudo no sofá ou na cama.	Sim	Não
I.6	Distraio-me com facilidade enquanto estudo.	Sim	Não
I.7	Tenho sempre iluminação adequada.	Sim	Não
I.8	Quando estudo tenho à mão aquilo de que vou precisar.	Sim	Não
I.9	Procuo estudar sempre no mesmo lugar.	Sim	Não
I.10	Tenho uma secretária onde posso colocar sem problemas os livros, os cadernos e o dicionário.	Sim	Não

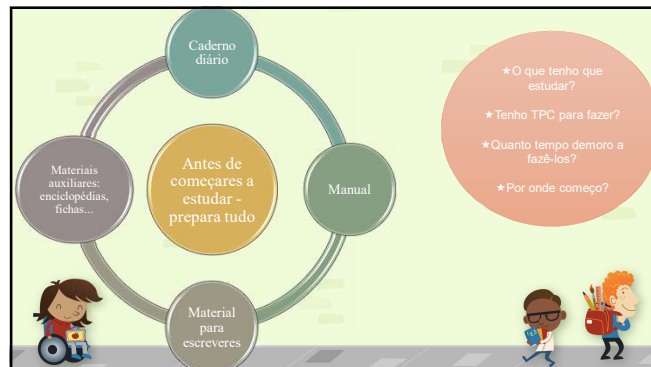




O meu horário passo a passo
3º Passo

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
7:15	Acordar	Acordar	Acordar	Acordar	Acordar		
8:15	MAT	AE	PORT	MAT	CN		
9:00	MAT	AE	PORT	MAT	CN		
10:00	EF		CN	EF	ET	Acordar	Acordar
10:45	EF		ING	OC	ET		
11:45			HGP	AE	PORT		
12:30	Almoço	Almoço	HGP	Almoço	PORT	Almoço	Almoço
13:30	EM	MAT	Almoço		Almoço		
14:15	EM	MAT					
15:15	ING	PORT			AE		
16:00	ING	PORT			AE		
17:00	HGP	EV					
17:45	EMRC	EV					
19:00							
20:00	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar
21:00	Deitar	Deitar	Deitar	Deitar			Deitar
22:00					Deitar	Deitar	

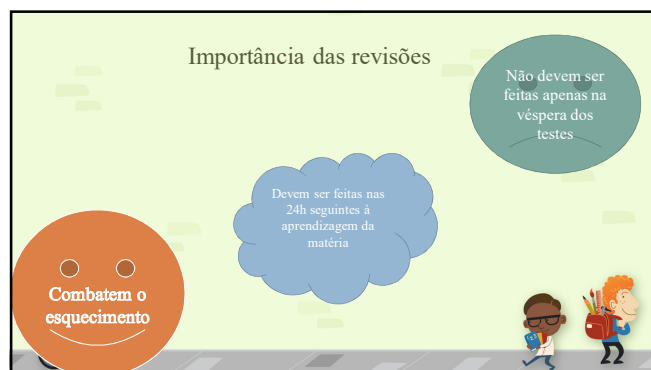
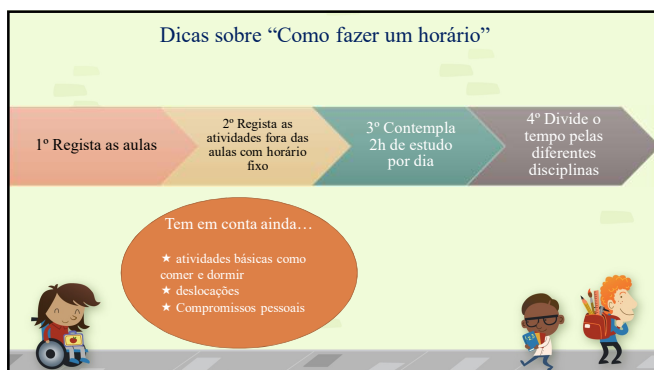
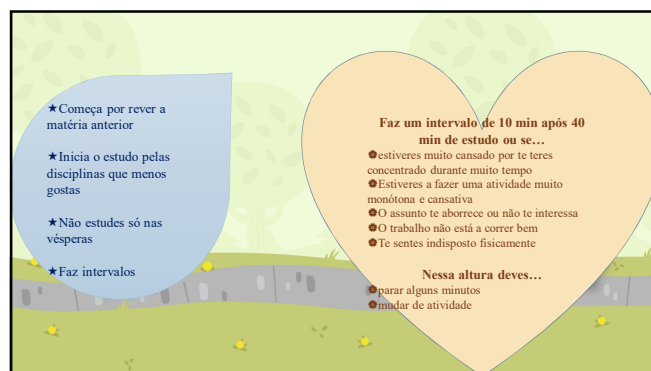
Caneta Preta = Jantar Almoço Deitar e Acordar



O meu horário passo a passo
4º Passo

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
7:15	Acordar	Acordar	Acordar	Acordar	Acordar		
8:15	MAT	AE	PORT	MAT	CN		
9:00	MAT	AE	PORT	MAT	CN		
10:00	EF		CN	EF	ET	Acordar	Acordar
10:45	EF		ING	OC	ET		
11:45			HGP	AE	PORT		
12:30	Almoço	Almoço	HGP	Almoço	PORT	Almoço	Almoço
13:30	EM	MAT	Almoço		Almoço		
14:15	EM	MAT					
15:15	ING	PORT	Estudar	Estudar	AE/Estu	Estudar	*Estudar
16:00	ING	PORT	Estudar	Estudar	AE/Estu	Estudar	*Estudar
17:00	HGP	EV					
17:45	EMRC	EV	Natação		Natação		Mochila
19:00	Estudar	Estudar	Estudar	Estudar			
20:00	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar
21:00	Deitar	Deitar	Deitar	Deitar			Deitar
22:00					Deitar	Deitar	

Verde Atividades de lazer Tempos livres
Vermelho Estudo Centros de estudo Preparação da mochila ou tarefas



5. Instrumentos de trabalho

Materiais complementares ao estudo



5.1 Como estudar pelo manual escolar

- Conhecer o manual
- Onde usar o manual
- Como usar o manual
- Consultar outros manuais

5.2 Materiais complementares de estudo

- Dicionários
- Enciclopédias
- Livros de consulta
- Internet
- Materiais multimédia
- Fichas de avaliação

Se precisares de alguma ajuda mais especializada podes contar connosco no Gabinete de Psicologia. Estamos cá para te ajudar ☺

Manual



- ☺ Lê-o
- ☺ Sublinha
- ☺ Faz os exercícios
- ☺ Atenta nas imagens

Muito obrigada pela vossa atenção!!

Dr.^a Sónia Dias
Dr.^a Ana Luísa Faria
Dr.^a Bruna Rodrigues
Dr.^a Rosa Araújo



"Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

Nome: _____

Turma: _____ **Ano:** _____

Nota: Preenche este horário, tendo em conta tudo aquilo que aprendeste para aproveitares melhor o teu tempo.

Não te esqueças: Aulas; Estudo; Refeições; Dormir; Atividades e tempos livres (A.T.L.) (podes colocar mesmo o nome de cada atividade)

[illegible]



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

“EU ESTIVE CÁ”

Ano:

Turma:

	1ª Sessão	2ª Sessão	3ª Sessão	4ª Sessão	5ª Sessão	6ª Sessão	7ª Sessão	8ª Sessão
Nome do/a Aluno/a	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								



Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								

[illegible]



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

GMOE – Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Eu avalio

Gostaste das atividades que fizemos juntos?

Nome do Aluno: _____

Turma: _____

Ano: 5º



A folha “Eu avalio” tem como objetivo dar-nos a conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques a carinha feliz, indiferente ou triste, mediante o que sentiste na sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós! 😊

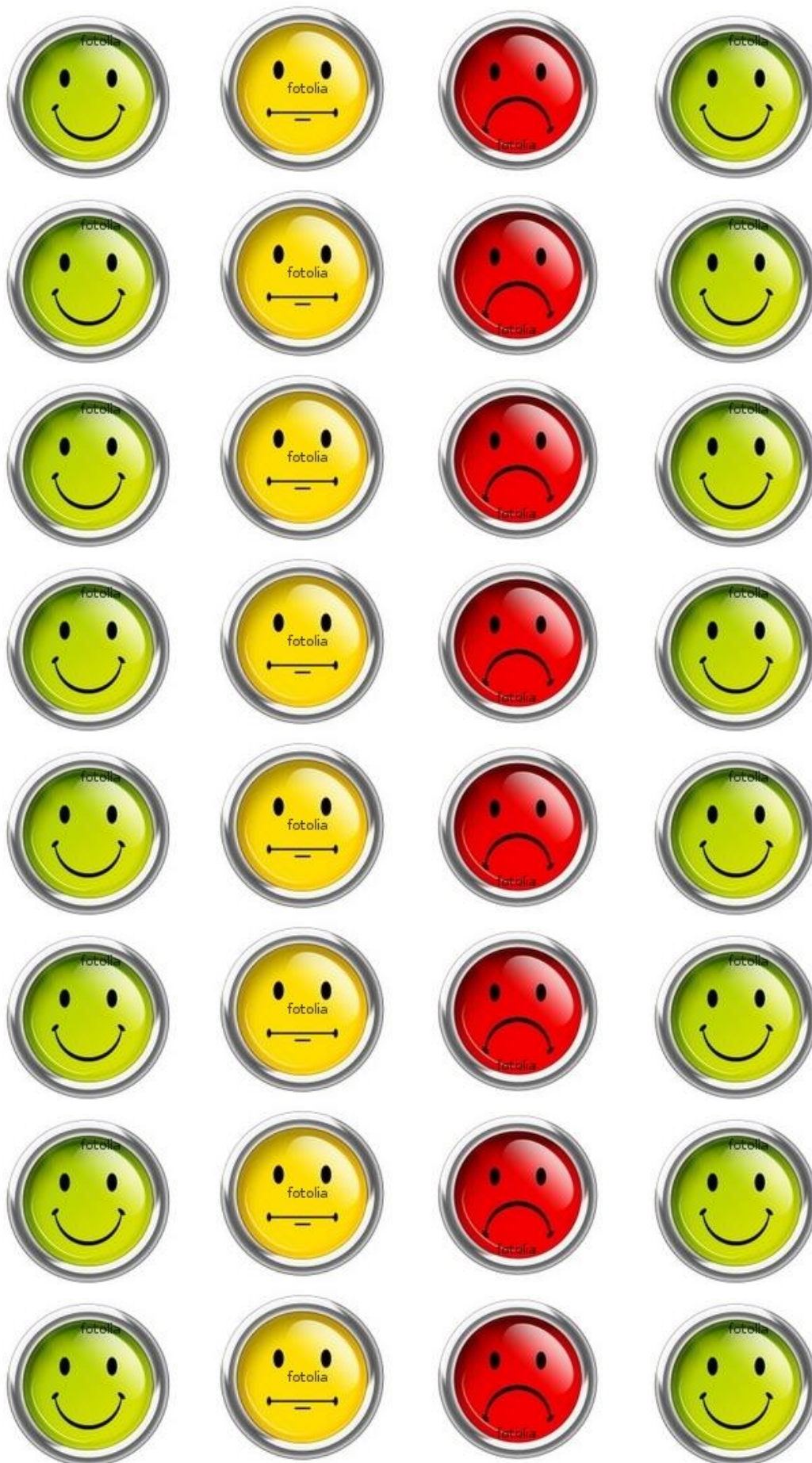
<i>Sessão</i>	<i>Avaliação Carínha</i>
<i>1ª Sessão – Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...</i>	
<i>2ª Sessão -</i>	

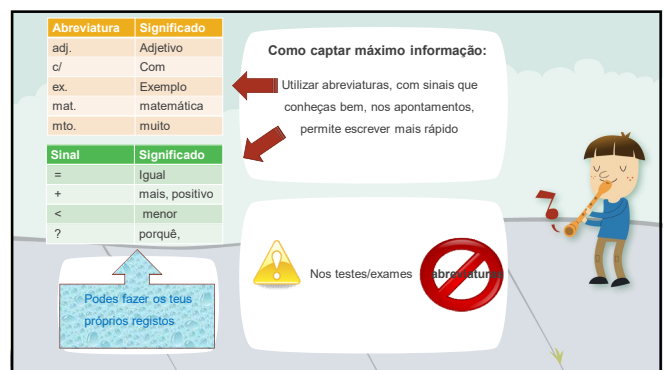
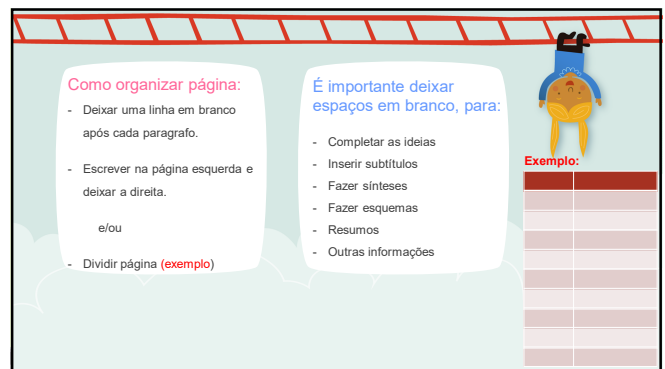
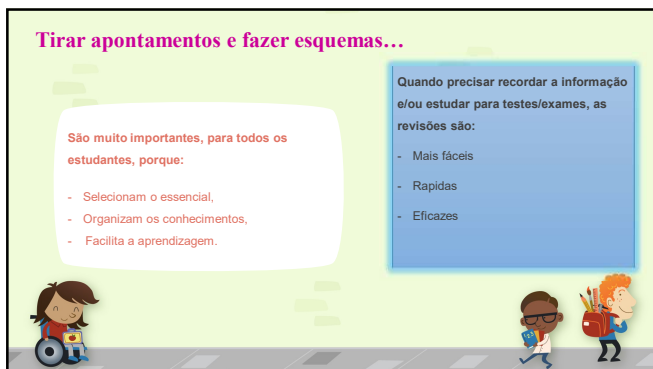
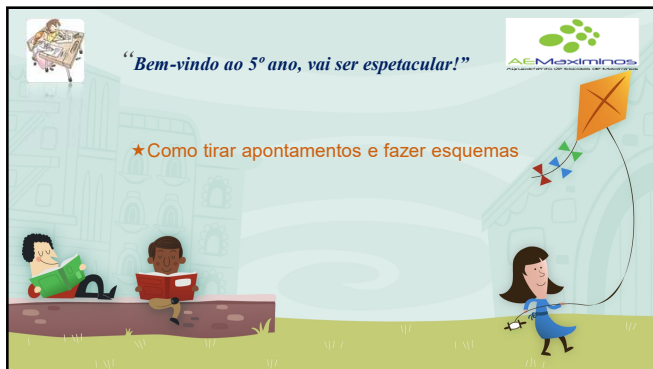


Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

GMOE – Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

<i>3ª Sessão – Sinto-me bem como sou!</i>	
<i>4ª Sessão – Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!</i>	
<i>5ª Sessão – Vamos organizar o estudo</i>	
<i>6ª Sessão – Como tirar apontamentos e fazer esquemas</i>	
<i>7ª Sessão – Como preparar os testes</i>	
<i>8ª Sessão – A minha participação foi excelente, parabéns a todos!</i>	





O que registar:

- Selecionar o mais importante;
- Próprias palavras ou por abreviaturas que possas compreender mais tarde;
- Caso não tenhas conseguido apontar tudo, NÃO FAZ MAL, deixa um espaço em branco e continua a escrever, no final podes copiar dos apontamentos de um colega ou perguntas ao Professor;
- O mais cedo possível, revê e completa os apontamentos com a ajuda de outros documentos, exemplo, livros.



Leitura ...



Na aula deves estar atento:

- Ao tom de voz do Professor
- À repetição de ideias
- O que é escrito no quadro;
- O tempo que o Professor dedica a um determinado assunto;
- O que o professor dita no sumário da aula.
- Palavras ou frases que indicam que o Professor dá especial importância:
 - ❖ "mais importante"
 - ❖ "especialmente"
 - ❖ "lembrem-se disso"
 - ❖ "isto sairá no teste"



Leitura:

AUTO-QUESTIONAMENTO

Consiste em colocar questões ao próprio antes, durante e após a leitura.




Estruturar a informação:

Não chega recolher informação, para ter bons apontamentos, as ideias têm de estar estruturadas

- ✓ Coloca títulos e subtítulos;
- ✓ Traça esquemas;
- ✓ Destacar as ideias principais e sublinhando com cores diferentes;
- ✓ Numerar, se for caso disso, sequências, factos, fenómenos, acontecimentos
- ✓ Faz um resumo das ideias principais.

ex.: Ideia principal 1

- * Ideia secundaria
- * Ideia secundaria

Ideia principal 2

- * Ideia secundaria
- Detalhe
- Detalhe



Clarificar

- Importante compreender o que se lê;
- Necessário esclareças as palavras ou conceitos cujo significado é desconhecido;
- Podem (e devem) utilizar um dicionário.

Parafrasear:

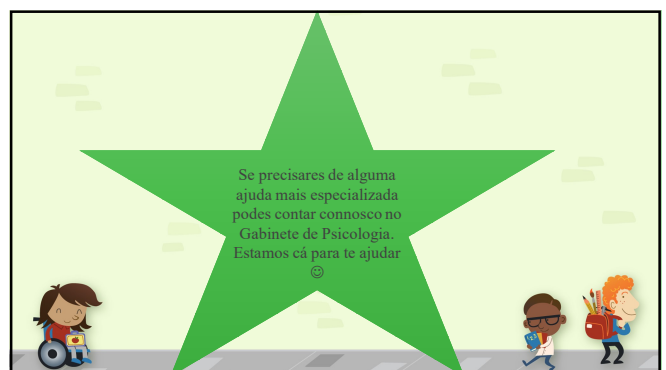
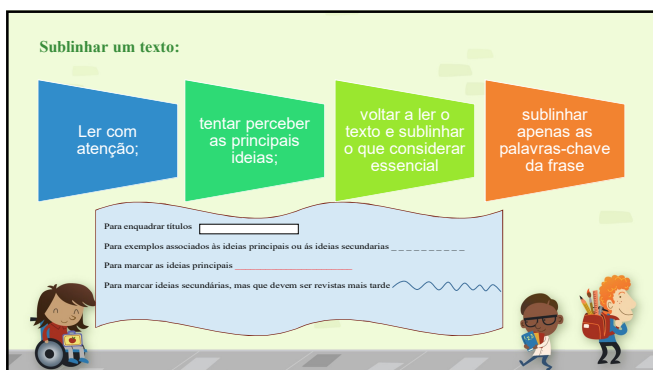
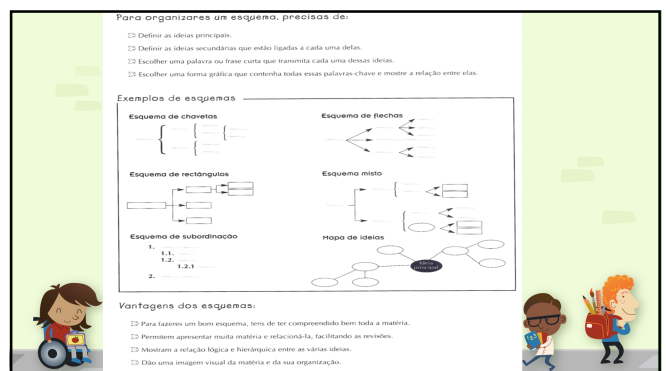
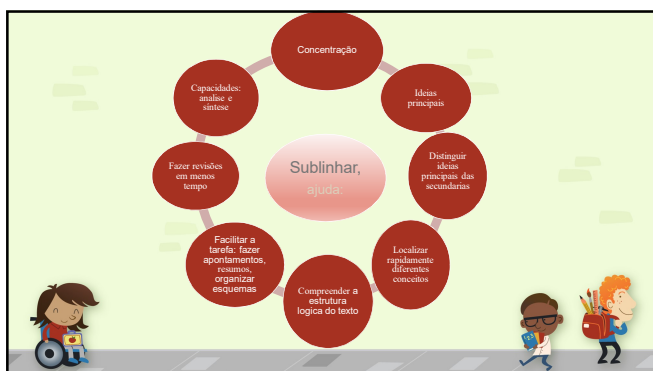
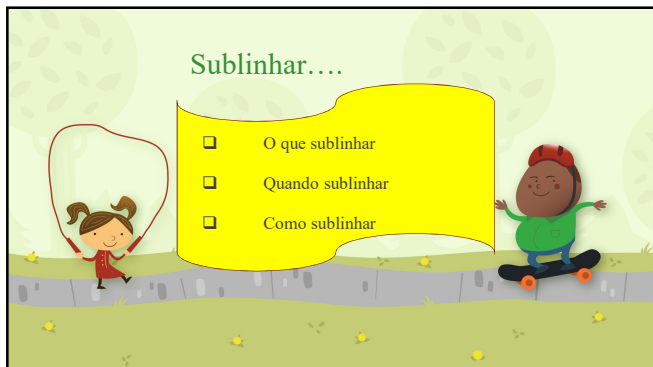
- Dizer por nossas próprias palavras as ideias de um texto;
- É importante fazer para compreensão texto;
- Facilita memorizar as principais ideias contidas no texto;
- Passo importante para fazeres o resumo.

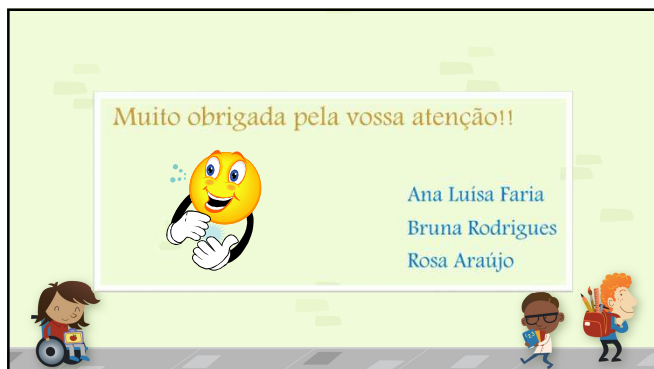
Resumir

***Para que o resumo seja útil:**

- Compreender o texto;
- Ser capaz de seleccionar as ideias principais;
- Ordenar a informação obtida;
- Ser capaz de a transmitir por escrito através de poucas palavras (de forma económica 😊) mas fazendo sentido, ou seja, uma história com principio, meio e fim.









Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

“EU ESTIVE CÁ”

Ano:

Turma:

	1ª Sessão	2ª Sessão	3ª Sessão	4ª Sessão	5ª Sessão	6ª Sessão	7ª Sessão	8ª Sessão
Nome do/a Aluno/a	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								



Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								



Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!!”

GMOE

21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



GMOE – Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Eu avalio

Gostaste das atividades que fizemos juntos?

Nome do Aluno: _____

Turma: _____

Ano: 5º



A folha “Eu avalio” tem como objetivo dar-nos a conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques a carinha feliz, indiferente ou triste, mediante o que sentiste na sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós! 😊

<i>Sessão</i>	<i>Avaliação Carínha</i>
<i>1ª Sessão – Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...</i>	
<i>2ª Sessão -</i>	

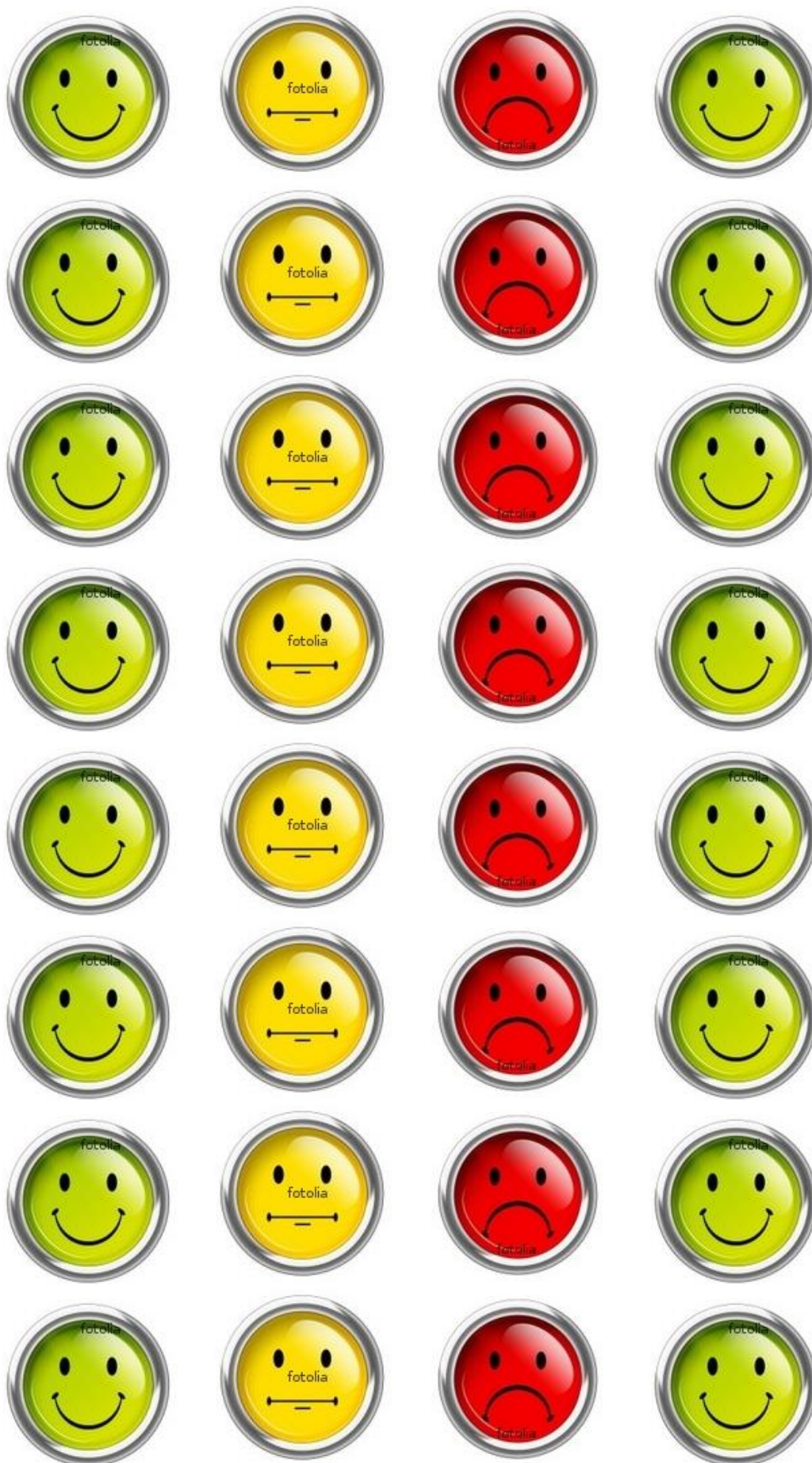


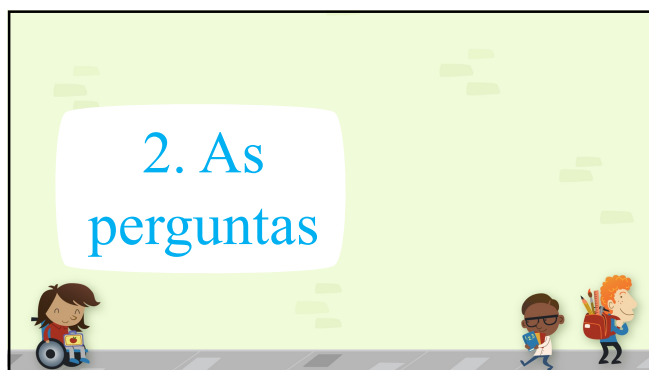
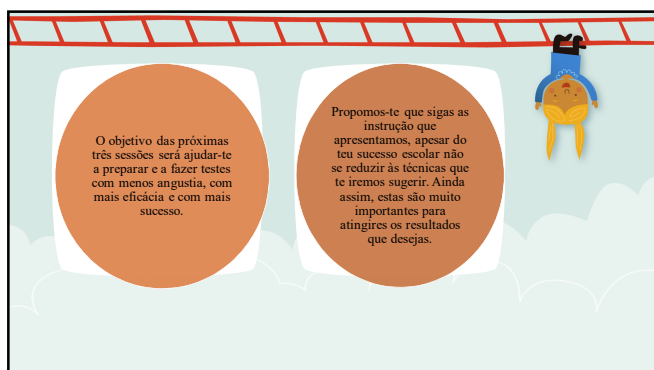
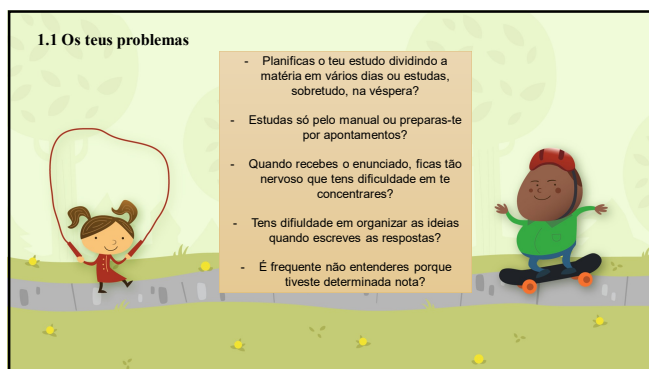
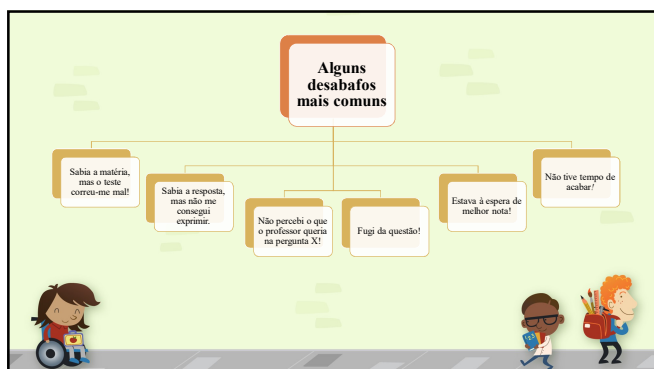
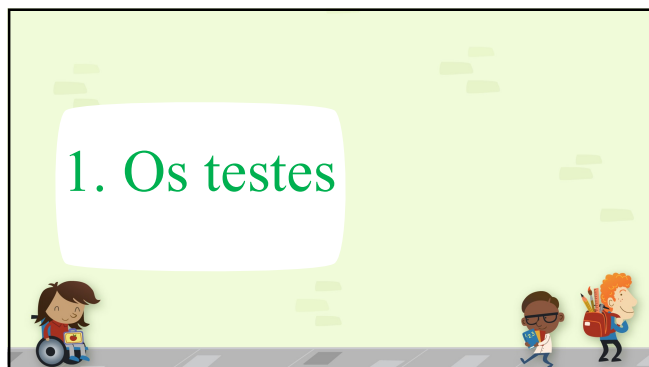
Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



GMOE – Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

<i>3ª Sessão – Sinto-me bem como sou!</i>	
<i>4ª Sessão – Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!</i>	
<i>5ª Sessão – Vamos organizar o estudo</i>	
<i>6ª Sessão – Como tirar apontamentos e fazer esquemas</i>	
<i>7ª Sessão – Como preparar os testes</i>	
<i>8ª Sessão – A minha participação foi excelente, parabéns a todos!</i>	





2. 1. Como começar...

Questões de ensaio

P.: Qual é a capital do Japão?
R.: Tóquio

Instruções gerais

Tipos de questões

Termos/conceitos

- A) Ler cuidadosamente as instruções dos testes;
- B) Ler o enunciado todo
- C) Analisar as citações
- D) Ler e analisar com muita atenção as perguntas

- E) Nas questões de opção, escolher as que vais responder de acordo com os teus conhecimentos.
- F) Dividir o tempo pelas questões, tendo em conta o nível de dificuldade e o grau de desenvolvimento exigido.
- G) Decidir a ordem das respostas

Questões de completação

nervos _____, pelos nervos de
conexão e pelos nervos _____

2. 2. Tipos de questões...

Questões de associação

Faz corresponder **aos termos** assinalados com um número as letras **das frases** que lhes correspondem.

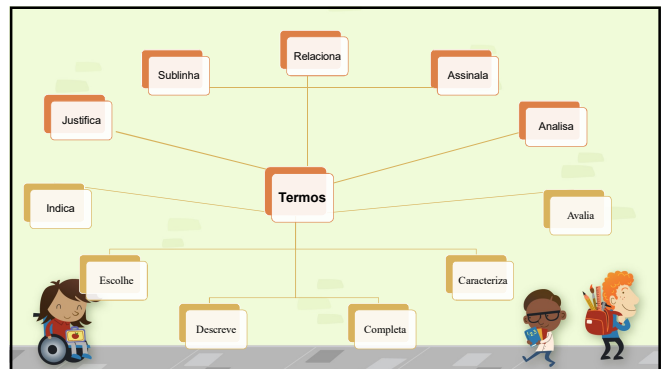
- | | |
|-------------------|---|
| 1. Espinal medula | A. Retransmite mensagens entre os centros cerebrais inferiores e o córtex cerebral. |
| 2. Hipófise | B. Controla os reflexos simples; conduz mensagens de e para o cérebro. |
| 3. Tálamo | C. Principal glândula endócrina que controla a actividade de todas as outras. |

Questões de escolha múltipla

Selecciona a opção CORRECTA.

A ingestão de substâncias como o álcool produz alterações no comportamento, porque essas substâncias actuam ao nível do sistema nervoso simpático. Esta afirmação é:

- A. falsa, porque estas substâncias actuam ao nível do sistema nervoso somático;
- B. verdadeira, porque o comportamento alterado resulta da interferência do sistema endócrino;
- C. falsa, porque estas substâncias actuam ao nível do sistema nervoso central;
- D. verdadeira, porque o comportamento alterado resulta da regulação do sistema nervoso parassimpático.



Questões de verdadeiro e falso

C. A inteligência depende só da hereditariedade.

V ☐ F ☐

3. As respostas

2. 3. Termos usados nas questões

3.1 O que fazer para responder bem. . .

- O que se pede na pergunta
- Selecionar
- Organizar
- Apresentar as razões

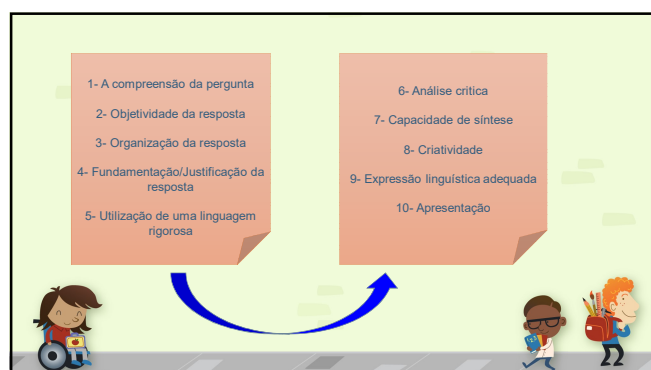
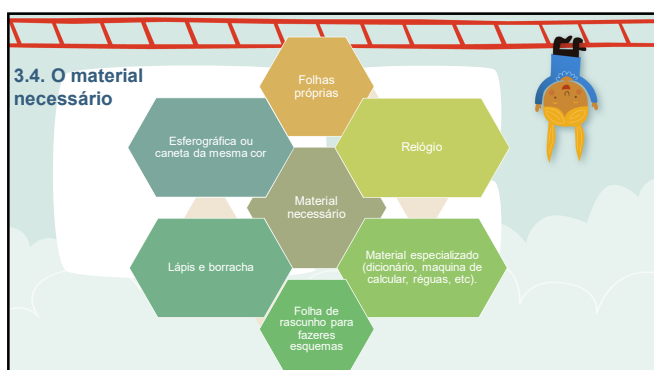
- Usar conceitos adequados
- Rigor nas afirmações que fazes
- Evita reproduzir o que têm no manual
- Deixa tempo para releres a prova



4. A avaliação



3.1. Como os professores avaliam...



3.2. Auto-avaliação

Muito obrigada pela vossa atenção!!

Dr^a Sónia Dias
Dr^a Ana Luísa Faria
Dr^a Bruna Rodrigues
Dr^a Rosa Araújo

1º passo para o sucesso nos testes

Antes do teste

- O que tenho de saber?
- Que dificuldades sinto?
- O que devo fazer para os ultrapassar.

Depois do teste

- Em que questões errei? Porquê?
- Em que questões respondi melhor? Porquê?
- O que posso fazer para ultrapassar as minhas dificuldades?

Se precisares de alguma ajuda mais especializada podes contar connosco no Gabinete de Orientação e Mediação Escolar.
Estamos cá para te ajudar ☺



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”



MANUAL

HÁBITOS E MÉTODOS DE ESTUDO

ESTE ANO VAI SER

ESPETACULAR!



GMOE

ANO LETIVO 2014/2015



"Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"



ESTE PRÓXIMO ANO:

CAMINHA...



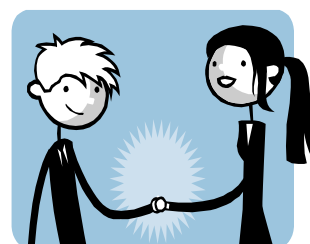
Porque há um longo percurso para percorrer.

AMA...



Para que te anem.

PERDOA....



Porque ninguém é perfeito.

ALEGRA-TE...



Com as pequenas coisas que te acontecem.

ACREDITA...



Que as notícias podem ser sempre melhores.

Valoriza...



Cada dia porque é único, como tu.



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”



Este documento irá ser útil ao longo do teu futuro escolar, para que possas estudar com mais facilidade e obter maior rendimento escolar.

Ainda, para:

Aprenderes a controlar a atenção e concentração (fatores de distração no local de estudo e na sala de aula)

Melhorar a compreensão da leitura:

- (1) Identificação e Organização das Ideias Principais e secundárias;
- (2) Clarificar;
- (3) Sublinhar;
- (4) Parafrasear (...dizer o mesmo por outras palavras);
- (5) Resumir;
- (6) Elaborar apontamentos;
- (7) Memorizar (várias estratégias);
 - * Mnemónicas;

Bem como, preparar-te para os testes.

Vai ser espetacular!



“Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!”



PLANEAR E ORGANIZAR O ESTUDO:

Como o próprio nome indica, trata-se de estabelecer horários de estudo, que incluem não só ir às aulas, como fazeres trabalhos e estudares em casa.

Ao contrário do que possas pensar, não se trata de passar todo tempo a estudar, mas, antes, de aprender a gerir, de forma mais eficaz e racional, o teu tempo.



O TEU PRIMEIRO PASSO!

O teu primeiro passo por planear e organizar o estudo, sendo logo dentro da sala de aula, pois trata-se de um espaço importante de aprendizagem, por isso deves controlar a atenção e concentração.

Assim, presta atenção às seguintes sugestões:

- ✚ Deverás levar para a aula todo o material necessário (manual, caderno, esferográfica, lápis, borracha, afia, entre outros, que já sabes e conheces);
- ✚ Deves ser pontual, estar presente de início ao fim da aula e evitar de faltar às aulas;
- ✚ Deverás evitar fazer barulho e de falar dentro da sala de aulas, principalmente, quando o professor estiver a falar da matéria;
- ✚ Se participares nos debates em aula e responderes às questões colocadas pelo Professor irás compreender melhor a matéria dada na aula;
- ✚ Sendo possível, senta-te sempre nas primeiras filas, assim poderás ouvir melhor o Professor e será mais fácil em estares atento durante mais tempo;
- ✚ Uma estratégia boa para estares com atenção será em tirares apontamentos nas aulas.



"Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"



- ✚ Sempre que tiveres dúvidas da matéria deverás coloca-las ao Professor, logo que tenhas oportunidade para o fazer.



Em casa, no teu local de estudo:

Pedimos-te que daqui para a frente organizes o teu lugar de estudo "*ideal*", seguindo algumas regras fáceis de cumprir:

- a) tenta encontrar um local exclusivamente para o estudo, confortável, bem iluminado e simples;
- b) antes de começar a estudar, procura ter todo o material de que necessitas (livros, cadernos, diários, canetas e lápis, dicionários, etc.) ao teu dispor, para não teres de andar a levantar constantemente e interromper a tua concentração;
- c) retira do teu local de trabalho tudo aquilo que te distrai, ou favoreça a tua desconcentração (como a televisão, telemóvel, *tablet*, livros de B.D., rádio, etc.);
- d) se possível, coloca um aviso na porta a dizer "*Não interromper!*" ou "*Estou a estudar...*", para evitar ser incomodado por outras pessoas.



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”



Como podes planear o tempo de estudo?

Há várias etapas que podes seguir:

- 1) Registo de todas as atividades diárias realizadas ao longo da semana. O modelo de Registo de Atividades Semanais (encontra-se a seguir) possibilita determinar e estipular os horários mais adequados ao estudo, de acordo com certas regras fundamentais:
 - a) respeitar as atividades obrigatórias e indispensáveis à manutenção de um estado físico saudável, como dormir, comer e tratar das regras básicas de higiene;
 - b) equilibrar com atividades recreativas e de lazer, como ver televisão, passear, praticar desporto, ...;
 - c) começar pelas tarefas escolares antes daquelas mais recreativas ou lúdicas, o que irá contribuir para aumentar a tua motivação e atenção durante o estudo;
 - d) dedicar mais tempo àquelas disciplinas em que tem maiores dificuldades, ou em que estás mais atrasado na matéria;
 - e) fazer períodos de estudo de 30/40 minutos e depois fazer uma pausa de 10/15 minutos.
 - f) intercalar estas disciplinas com aquelas em que sentes mais à-vontade, ou em relação às quais tens tido melhores resultados;
 - g) coloca os períodos de estudo o mais próximo possível das disciplinas a que dizem respeito;
 - h) só deves de estudar com colegas depois de teres estudado sozinho. O estudo em grupo serve para discutir e complementar pontos de vista.



“Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!”



- i) não esquecer que, para poderes ver os frutos do teu trabalho, deves estudar diariamente, e ser persistente nas tarefas, não as deixando a meio, para começar outras.
- 2) Estabelecimento de objetivos específicos, realistas, e dirigidos ao período de estudo que deves respeitar.
- 3) Avaliação dos próprios planos de estudo, registando e avaliando, por exemplo, até que determinado objetivo ou tópico foi realizado no decurso do estudo.
- 4) Prever e reservar algum tempo para proceder à revisão das matérias, antes das avaliações propriamente ditas.
- 5) Faz reajustamentos, no teu horário de estudo, sempre que forem necessários.



"Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"



Horário de estudo

Presta ATENÇÃO! Aqui tens um exemplo como podes preencher o Horário e registar a contagem do tempo que despendes em cada atividade, escolar e de lazer.

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
7:15	Acordar	Acordar	Acordar	Acordar	Acordar		
8:15	MAT	AE	PORT	MAT	CN		
9:00	MAT	AE	PORT	MAT	CN		
10:00	EF		CN	EF	ET	Acordar	Acordar
10:45	EF		ING	OC	ET		
11:45			HGP	AE	PORT		
12:30	Almoço	Almoço	HGP	Almoço	PORT	Almoço	Almoço
13:30	EM	MAT	Almoço		Almoço		
14:15	EM	MAT					
15:15	ING	PORT	Estudar	Estudar	AE/Estu	Estudar	*Estudar
16:00	ING	PORT	Estudar	Estudar	AE//Estu	Estudar	*Estudar
17:00	HGP	EV					
17:45	EMRC	EV	Natação		Natação		Mochila
19:00	Estudar	Estudar	Estudar	Estudar			
20:00	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar
21:00	Deitar	Deitar	Deitar	Deitar			Deitar
22:00					Deitar	Deitar	

Caneta Azul ---» Disciplinas/aulas

Lápis ---» Horas descanso/dormir

Preto ---» Refeições, acordar e deitar

Vermelho ---» Estudo; Centro de estudo e preparação mochila

Verde ---» Atividades de lazer e tempos livres



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

Siglas Disciplinas:	
EF- Educação Física	EMRC- Educação Moral Religiosa Católica
Mat.- Matemática	CN – Ciências Natureza
EM- Educação Musical	AE - Apoio ao Estudo
Port.- Português	OC- Oferta Complementar
Ingl. – Inglês	ET- Educação Tecnológica
HGP- História e Geografia de Portugal	EV- Educação Visual

A seguir, poderás calcular o tempo que gastas em cada atividade:

Atividade	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo	Total
Aulas								
Estudar								
Atividade								
Viagens								
Almoço								
Intervalos								
Tempo livre								
Dormir								
							Totais:	

Podes retirar a tua própria conclusão, exemplo:

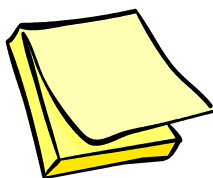
Concluis que dedicas poucas horas ao estudo e demasiado sem atividade específica?

Apesar de ter muitas horas a dormir, consideras que são necessárias?

Poderias dedicar então mais horas ao estudo?



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”



**Também poderás, além do teu horário semanal, recorrer a um
“MEMO” para saber como organizares o estudo em casa:**

DIA : ____/____/____

HORA DE INÍCIO DO ESTUDO : _____ horas.

HORA A QUE PREVEJO ACABAR DE ESTUDAR : _____ horas.

O que não posso deixar para amanhã?

O que devo exatamente estudar hoje?

Por onde devo começar?

Para cada objetivo estabelecido, avaliar o seu grau de cumprimento, numa escala de 0 a 10:

O que falta fazer?



"Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"



TIRAR APONTAMENTOS E FAZER ESQUEMAS

Vantagens dos apontamentos:

Implica que estejas atento ao que ouves e ao que lê;

- Aprendes a seleccionar o que é importante;
- Treinas a escrita;
- Reténs a informação com mais facilidade (porque, ao mesmo tempo que ouves e lê, escreves);
- Memorizas melhor a estrutura do tema que estás a aprender;
- Permite-te que seja mais fácil estudar para os testes/exames;
- Aprendes melhor e mais rápido.

Preocupação com aspetos:

- O material de registo:
 - ✚ Caderno A4, para cada disciplina
 - ✚ Capas de argolas A4, com separadores

Para evitar o extravio das folhas, deves:

- ❖ Colocar nome disciplina
 - ❖ Data
 - ❖ Numerar as páginas
 - ❖ Ordem
- Organizar uma página
 - Captar o máximo informação
 - O que registar
 - Estruturar a informação.



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”



Como fazer bons apontamentos?

- ✚ Na aula deves evitar escrever tudo o que o professor diz, escreve apenas o essencial;
- ✚ Utiliza a tua própria linguagem, ou por abreviaturas que possas compreender mais tarde;
- ✚ Deixa espaço no teu caderno, para que mais tarde possas completar com mais informação;
- ✚ Caso não tenhas conseguido apontar tudo, NÃO FAZ MAL, deixa um espaço em branco e continua a escrever, no final podes copiar dos apontamentos de um colega ou perguntas ao Professor;
- ✚ Organiza os teus apontamentos de modo a veres rapidamente as principais ideias da informação que escreveste;
- ✚ O mais cedo possível, revê e completa os apontamentos com a ajuda de outros documentos, exemplo, livros.
- ✚ Coloca títulos e subtítulos;
- ✚ Traça esquemas;
- ✚ Destaca as ideias principais e sublinha-as com cores diferentes;
- ✚ Faz um resumo das ideias principais.



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”



Deves estar atento:

- ✚ Ao tom de voz do Professor
- ✚ À repetição de ideias
- ✚ Palavras ou frases que indicam que o Professor dá especial importância:
 - “mais importante”
 - “especialmente”
 - “lembrem-se disso”
 - “isto sairá no teste”
 - ...
- ✚ O que é escrito no quadro;
- ✚ O tempo que o Professor dedica a um determinado assunto;
- ✚ O que o professor dita no sumário da aula.



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”



Leitura

O autoquestionamento ➡ Consiste em colocar questões a ti próprio antes, durante e após a leitura.

Questões chave para colocares durante a leitura de textos:

- 1) Quem são as personagens principais? Como são elas (caraterização)
- 2) O que acontece na história? (enredo)
- 3) O que acontece entre as personagens, num dado momento? (conflito/problema)
- 4) Quando e onde tem lugar a ação? (localização)
- 5) Porque aconteceu aquela situação? (inferência)
- 6) O que aconteceu no final da história?
- 7) O que podemos concluir com a história?

Clarificar: É importante que compreendas o que estás a ler, para isso é necessário esclareças as palavras ou conceitos cujo significado te é desconhecido. Podes (e deves) utilizar um dicionário.



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

Parafrasear: Ou seja, dizer pelas tuas próprias palavras as ideias de um texto. É importante que o faças para a compreensão do texto e facilita-te memorizar as principais ideias contidas no texto, sendo um passo importante para fazeres o resumo.

Resumir: Para que o resumo seja útil, tens não só de compreender o texto que leste mas também de ser capaz de seleccionar as ideias principais. Deves ainda ordenar a informação obtida e ser capaz de a transmitir por escrito através de poucas palavras (de forma económica 😊) mas fazendo sentido, ou seja, uma história com princípio, meio e fim.

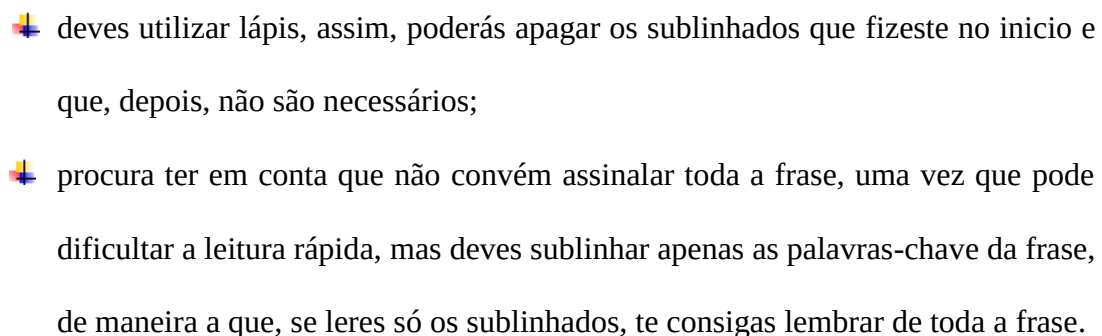
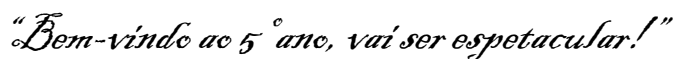


Sublinhar

Sublinhar: traçar uma linha por baixo das palavras, frases ou ideias mais importantes. Muitos alunos começam a sublinhar um texto antes de o ter lido totalmente, o que os leva a correr o risco de sublinhar o que não é importante.

Assim, para sublinhares um texto, tu deves:

- ✚ ler com atenção;
- ✚ e, enquanto realizas esta primeira leitura, deves tentar perceber as principais ideias;
- ✚ de seguida, deverás voltar a ler o texto e sublinhares o que consideras essencial;



Caso possas utilizar tinta permanente, podes utilizar diferentes tipos de sublinhados, para distinguir diferentes ideias. Exemplo:

Para exemplos associados às ideias principais ou às ideias secundárias _____

Para marcar as ideias principais _____

Para marcar ideias secundárias, mas que devem ser revistas mais tarde



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”



Forma de retirar maior informação:

Notas à margem do texto: também podes utilizar um código e fazer notas á margem do texto, chamando desta forma a atenção para diversos pontos:

Sinal	Significado
=	
±	
+	
-	
+/-	
>	
<	
Xx	
?	
>>	
<<	
V	
x	

Abreviatura	Significado
adj.	adjetivo
art.	artigo
c/	com
cap.	capítulo
cf.	conforme



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

cit.	citação
c/o	como
cont.	continuação
dd	desde
econ.	economia
ex.	exemplo
ext.	exterior, eterno
fil.	filosofia
gr.	grande
h	hora
hist.	história
i.é.	isto é
impte	importante
int.	interior, interno
km	quilometro
mat.	matemática
max.	máximo
min.	mínimo
mm	mesmo
mto	muito
mv	muitas vezes
n	não
n/	nosso
n.º	número



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”



Organizar esquemas:



"Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"



Memorizar melhor

A memorização faz-se em 3 fases:

- ✚ **Aprender a matéria nova** (compreensão):
 - Lê de forma a compreender;
 - Lê um parágrafo e verifica se consegues perceber as ideias principais;
 - Consulta o dicionário sempre que não compreenderes o significado de uma palavra.
- ✚ **Reter o que foi aprendido** (retenção):
 - Com as tuas próprias palavras, diz em voz alta, o resumo do que leste;
 - Repete as vezes necessárias do que estás a querer aprender;
 - Relaciona os conhecimentos do que estás a aprender com algo do teu dia-a-dia.
- ✚ **Recordar o que foi retido** (evocação):
 - Tenta lembrar aquilo que estudas-te sem olhares para os teus apontamentos;
 - Nos assuntos que tiveres mais dificuldades, ainda não souberes bem, volta a estudar novamente.

Podes recorrer às Mnemónicas:

São formas de organizares a matéria de forma a ser mais fácil para decorares:

Exemplo: países que fazem parte do Conselho de Segurança da ONU:

França

Inglaterra (FICAR)

China

América

Rússia



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”



Preparar testes e exames

Na tabela que se segue, encontras alguns palavras-chave com as respetivas definições de conceitos que surgem, com frequência, em testes de avaliação.

É só consultares quando estiveres com dúvidas... 😊!

Palavra chave	Definições e tarefas envolvidas
Analisar	Relacionar as ideias principais; defender uma posição a favor ou contra, com argumentos claros e objetivos
Avaliar	Dar uma opinião, o mais objetiva possível, com base em argumentos fundamentados: aspetos positivos e negativos, vantagens e desvantagens, utilidade.
Averiguar	Investigar, verificar.
Comparar	Procurar as semelhanças e as diferenças.
Criticar	Dar uma opinião pessoal, utilizando argumentos coerentes, como por exemplo, indicar vantagens e desvantagens.
Definir	Dizer o significado de um conceito, de uma forma clara, breve e correta, indicando as suas principais características.
Descrever	Indicar as características, de uma forma pormenorizada, especialmente as mais importantes.
Enumerar	Indicar todos os dados ou elementos, de acordo com uma certa ordem (p.e.: cronológica, alfabética)
Esquematizar	Apresentar as ideias principais, organizadas num esquema, de maneira a serem visualizadas fácil e rapidamente.
Explicar	Apresentar as ideias de uma forma clara e simples. Pode ser necessário fazer referência às causas e às consequências.



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”



Ilustrar	Utilizar uma forma visual (gráfico, desenho, figura) para tornar uma ideia mais clara ou para a demonstrar visualmente.
Interpretar	Tentar perceber e explicar o sentido.
Justificar	Fornecer provas e razões que mostrem a correção e a justeza de uma afirmação ou de uma conclusão.
Resumir	Dizer, com poucas palavras, as ideias mais importantes.



"Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

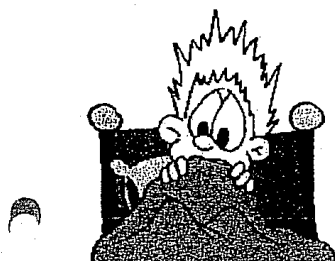
59

O teste

Existe na generalidade dos
alunos um enorme

TEMOR

em relação aos testes e exames



Para muitos alunos o teste

é:

UM CRUEL

INSTRUMENTO

DE TORTURA...

ou a hora da vingança

do professor...

algo como...

O JUÍZO FINAL!!





“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”



O que faço nos testes?!!!!

Questão que deverás colocar para tua autoavaliação:

---» **Quais são os erros que mais frequentemente dou durante a realização dos testes?**

Instruções:

-  indica qual a disciplina a que se refere o teste;
-  a nota do teste
-  a nota que tiveste nessa disciplina no ultimo período;
-  indica a tua explicação para a nota obtida.

Disciplina: _____

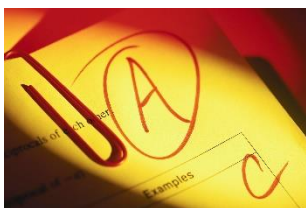
Nota do teste _____

Nota do último período _____

Qual foi, na tua opinião, a razão que explica a nota obtida?



“Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!”



Analisa as respostas que deste no teste em função da lista de hipóteses descrita no quadro.

- Assinala a pergunta que estás a analisar
- Coloca uma (x) à frente das razões que explicam a nota dessa pergunta

Lista de hipóteses	Perguntas								Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	
Reconhecias a matéria?									
Respondeste de uma forma incompleta?									
Respondeste de uma forma confusa?									
Interpretaste de uma forma incorreta à pergunta (a tua resposta pode estar correta, mas não respondeste ao que era pedido)									
Sabias a matéria, mas na altura esqueceste-te?									
Outras									



"Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!"

91



O TESTE

O meio mais adequado para avaliar aprendizagem



Uma motivação para o estudo

Serve para aprender



Permite conhecer as áreas em que a aprendizagem foi deficiente, assim como o ensino.

É uma preparação para o futuro, em que a cada momento "Nós estamos a fazer um exame!"

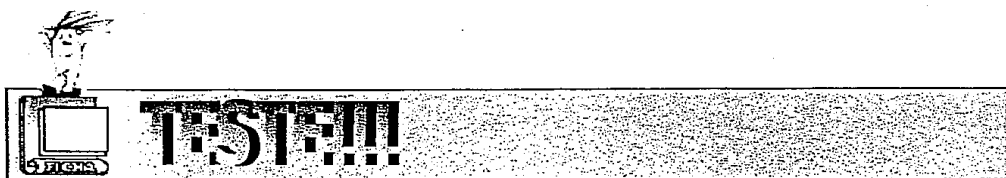


Cada problema da vida é um exame que põe à prova os conhecimentos, hábitos, capacidade e atitudes adquiridos durante a formação como estudantes.



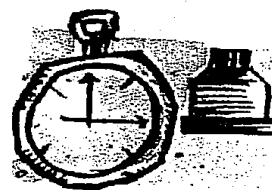
"Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!"

82



Chega antes da hora marcada.

Antes de "tocar para dentro".



Escuta com atenção as
indicações dadas pelo
professor



Dá uma leitura ao teste
todo antes de começares a
responder



Lê com atenção cada pergunta e ordena
mentalmente a resposta. Começa pelas que
consideras mais fáceis e vai controlando o
tempo!

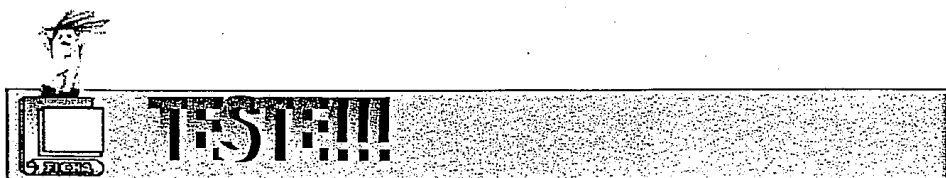
Depois continua com as perguntas mais difíceis.

Conserva a calma!...



"Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!"

93



Expressa os teus próprios conhecimentos.
Sê honesto com os teus colegas



Leva todo o material de
que vais necessitar.



O "Espírito Santo de Orelha"
conduz geralmente a erros. Não é
ser egoísta dedicarmo-nos resolver
a nossa própria prova.



Não causes problemas de
interpretação ao professor.

Procura ser o mais claro e limpo nas
tuas respostas e a letra deve ser legível.



Finalmente, revê as tuas respostas, faz as
correções necessárias e entrega o teste.



Os resultados serão positivos, se realmente tiveres estudado



"Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"



Boa Sorte!

Se precisares de alguma ajuda
mais especializada podes
contar connosco no Gabinete
Mediação e Orientação
Escolar (GMOE). Estamos cá
para te ajudar ☺



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

"EU ESTIVE CÁ"

Ano:

Turma:

	1ª Sessão	2ª Sessão	3ª Sessão	4ª Sessão	5ª Sessão	6ª Sessão	7ª Sessão	8ª Sessão
Nome do/a Aluno/a	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								



Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!!”

GMOE

21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

GMOE



Sopa de letras hábitos e métodos de estudo

A	C	B	M	N	J	L	E	C	I	A	G	W	X	O	Q
Z	A	C	S	L	G	V	B	C	H	A	Q	W	T	J	A
E	M	O	T	I	V	A	Ç	A	O	R	U	I	O	P	L
B	N	M	H	J	L	C	X	R	R	G	T	V	J	A	B
L	N	E	F	H	T	A	V	I	A	G	E	N	D	A	M
K	X	R	G	R	W	X	B	Z	R	Y	U	I	I	A	R
M	F	A	H	J	D	T	M	A	I	U	I	T	C	E	R
E	S	T	U	D	A	R	A	A	O	E	B	D	I	H	K
X	D	K	V	B	J	M	T	G	I	A	E	L	O	J	S
E	G	S	S	A	U	L	E	A	E	I	O	U	N	A	O
R	H	R	E	L	D	O	R	M	I	R	I	O	A	M	O
C	J	U	O	I	A	R	I	R	A	M	A	Z	R	I	R
I	I	U	S	L	C	B	A	B	I	T	A	R	I	N	T
C	O	H	I	L	A	R	L	B	V	C	N	Y	O	T	R
I	P	G	V	E	V	C	D	E	D	F	L	O	E	D	C
O	Q	D	E	A	V	N	I	J	K	L	P	O	Y	T	R
E	N	E	R	G	I	A	E	T	I	O	L	P	U	I	Y

Horário

Motivação

Agenda

Estudar

Comer

Dicionário

Material

Revisões

Exercícios

Ajuda

Dormir

Energia



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

GMOE

SOPRA DE LETRAS

		C						H					
	M	O	T	I	V	A	Ç	A	O				
		M						R					
		E						A	G	E	N	D	A
		R						R				I	
							M	I				C	
E	S	T	U	D	A	R	A	O				I	
X					J		T					O	
E			S		U		E					N	
R			E		D	O	R	M	I	R		A	
C			O		A		I					R	
I			S				A					I	
C			I				L					O	
I			V										
O			E										
E	N	E	R	G	I	A							



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

GMOE – Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Eu avalio

Gostaste das atividades que fizemos juntos?

Nome do Aluno: _____

Turma: _____

Ano: 5º



A folha “Eu avalio” tem como objetivo dar-nos a conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques a carinha feliz, indiferente ou triste, mediante o que sentiste na sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós! 😊

<i>Sessão</i>	<i>Avaliação Carínha</i>
<i>1ª Sessão - Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...</i>	
<i>2ª Sessão -</i>	

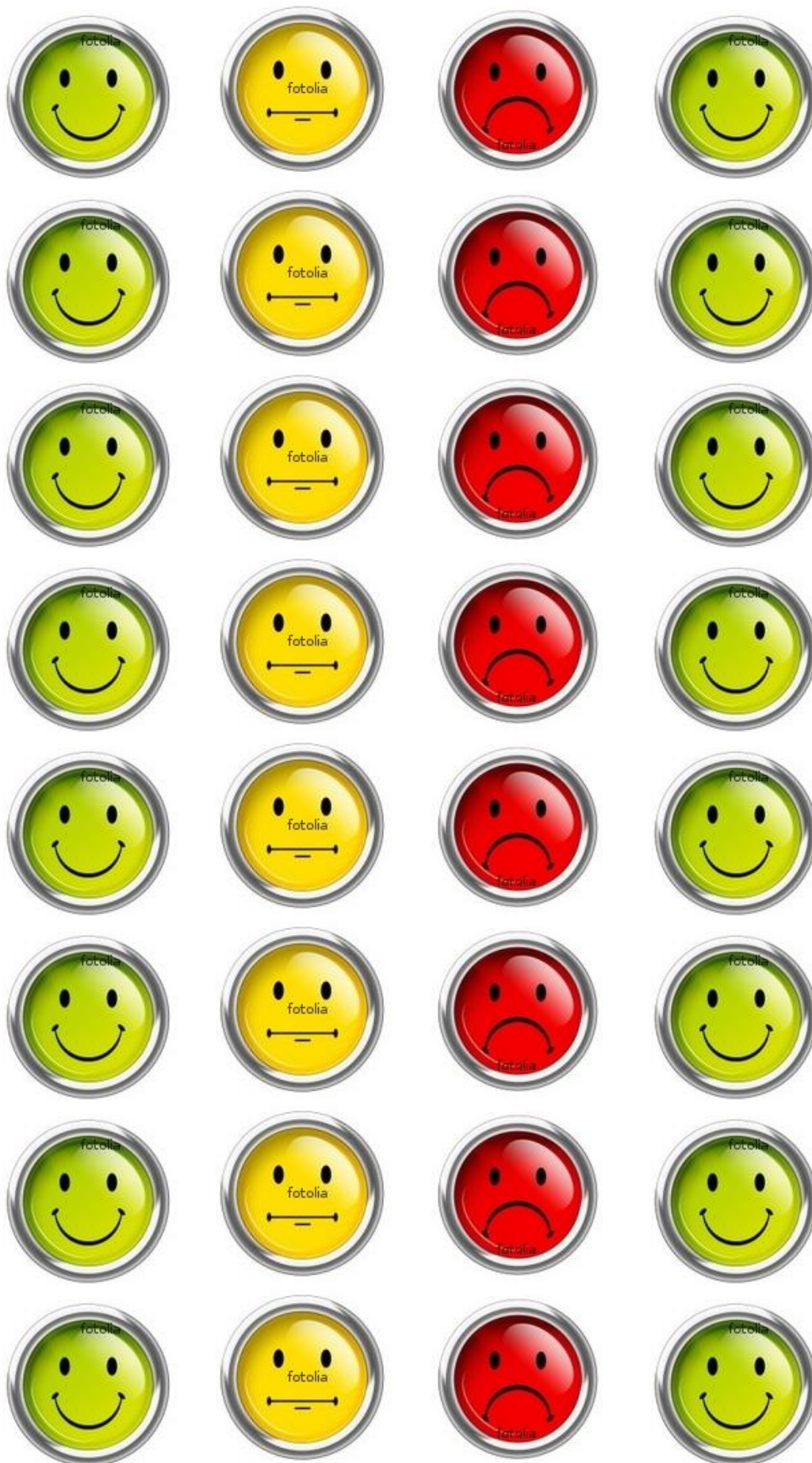


Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



GMOE – Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

<i>3ª Sessão – Sinto-me bem como sou!</i>	
<i>4ª Sessão – Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!</i>	
<i>5ª Sessão – Vamos organizar o estudo</i>	
<i>6ª Sessão – Como tirar apontamentos e fazer esquemas</i>	
<i>7ª Sessão – Como preparar os testes</i>	
<i>8ª Sessão – A minha participação foi excelente, parabéns a todos!</i>	





Diploma

Em reconhecimento da brilhante participação de

nas sessões do programa: ***“Bem-vindo ao 5º Ano, vai ser espetacular!”***

As psicólogas:



Gabinete de Mediação e Orientação Escolar
Ano letivo 2014/2015



“Bem-vindo ao
50 ano: vai ser
espetacular!”

PARABÉNS!!

Gabinete
Psicopedagógico



“Bem-vindo ao
50 ano: vai ser
espetacular!”

PARABÉNS!!

Gabinete
Psicopedagógico



“Bem-vindo ao
50 ano: vai ser
espetacular!”

PARABÉNS!!

Gabinete
Psicopedagógico



“Bem-vindo ao
50 ano: vai ser
espetacular!”

PARABÉNS!!

Gabinete
Psicopedagógico

PARABÉNS!!



“Bem-vindo
ao 5º ano: vai ser
espetacular!”

Gabinete
Psicopedagógico

“Bem-vindo

ao 5º ano: vai ser
espetacular!”

PARABÉNS!!

Gabinete
Psicopedagógico
2014/2015



PARABÉNS!!



“Bem-vindo
ao 5º ano: vai ser
espetacular!”

Gabinete
Psicopedagógico

2014/2015



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

Guia de Relaxamento

Para obteres as melhores sensações e bem-estar com a prática destes exercícios deves sempre seguir algumas regras importantes:

1. Deves fazer exactamente aquilo que te dizemos;
2. Deves esforçar-te por fazer o melhor possível o que te dizemos;
3. Deves praticar estes exercícios porque quanto mais os praticares mais relaxado e melhor te sentirás.

Queres fazer alguma pergunta?

Estás pronto para começar?

- ☀ Senta-te o mais confortavelmente possível.
Encosta-te bem.
Apoia os pés no chão.
Deixa os braços caídos ao longo do corpo e apoiados nas coxas.
- ☀ Estás bem assim?
- ☀ Agora fecha os olhos e não os abras até eu dizer.

Lembra-te de seguir as minhas instruções, esforça-te bem e presta atenção ao teu corpo.



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

Aprender a relaxar?

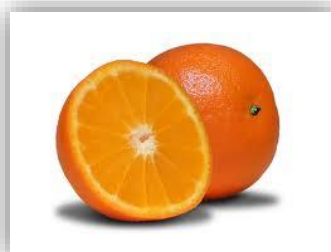




“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

Mãos e braços

1. Imagina que tens uma laranja na tua mão direita. Quero que a apertes com muita força, como se lhe quisesse tirar o sumo todo. Sente a força que a tua mão e o teu braço estão a fazer quando espremes a laranja.



2. Agora deixa cair a laranja. Repara como estão os músculos da tua mão e do teu braço quando não fazes força.
3. Agora imagina que tens uma laranja em cada mão e que estás a espremer as duas – tenta espremer esta com ainda mais força que a primeira para tirar todo o sumo.

Isso mesmo! Que força que tens!



4. Deixa cair as laranjas, e sente como os teus braços e mãos se sentem bem quando deixam de fazer força e estão bem relaxados.
5. Repete outra vez...



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

Braços e Ombros

1. Imagina que tu és um gato muito preguiçoso e estás com vontade de te espreguiçar. Vais levantar os braços e esticá-los para a frente. Agora levanta-os acima da cabeça e tenta chegar o mais alto que consigas.
2. Dobra-te para trás e sente a força que os teus ombros estão a fazer. Estica-te mais... deixa os teus braços caírem para os lados, devagar. Assim mesmo, muito bem!



3. És um gato mesmo muito preguiçoso e com muito sono. Vais espreguiçar-te outra vez.
Levanta os braços, faz muita força e estica-os para a frente. Agora levanta-os acima da cabeça e estica-te o máximo que consigas. Dobra-te para trás, com mais força, e sente a força que os teus braços estão a fazer.





“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

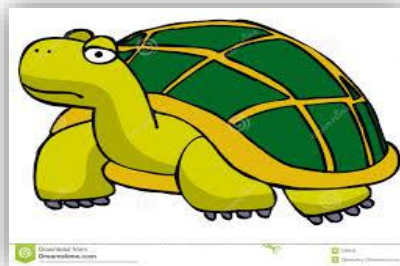
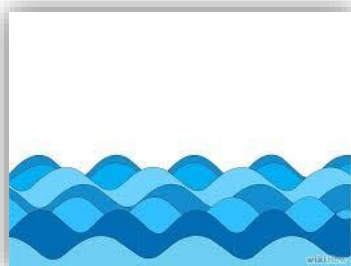
4. Agora espreguiça-te muito, como se estivesses a acordar de uma longa sesta ao sol. Levanta os braços, faz muita força e estica-os para a frente. Levanta-os acima da cabeça, o mais alto que puderes. Sente a força nos teus músculos.
5. Deixa-os cair devagar e sente como é bom estar relaxado e sentir-se molengão e preguiçoso.

Pescoço e Ombros

1. Imagina agora que és uma tartaruga... Estás deitada na areia da praia a apanhar sol. Sentes-te muito bem, o sol está quente e sentes o calor na tua pele.



2. Mas agora vem aí uma onda, vais ter de meter a cabeça dentro da carapaça, para não te molhares. Tenta levantar os ombros e meter a cabeça para dentro. Não é fácil ser tartaruga, é necessário fazer muita força para ficar dentro da carapaça.
3. Olha, a onda já foi passou e podes voltar a pôr a cabeça de fora e voltar a apanhar o sol quente.





“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

4. Repara, vem aí outra onda... Mete a cabeça outra vez para dentro da carapaça, rápido, para não te molhares! Levanta os ombros e mete a cabeça para dentro. Ahhhh... Pronto! A onda já passou!... Podes sair e sentir os teus ombros e o teu pescoço relaxados e apanhar sol outra vez...
5. Mais uma vez... Pronto para outra onda? Vem aí outra onda, volta a meter a cabeça para dentro da carapaça para não tem molhares. Levanta os ombros até chegarem às orelhas. Não deixes nenhum bocadinho de cabeça fora da concha!
6. Sente a força no teu pescoço e nos ombros...
7. A onda já passou... Podes sair e relaxar ao sol. Sentes-te confortável. É agradável, não é? Que bom...!



Queixo

1. Imagina que tens uma enorme pastilha elástica na tua boca. Como é grande a pastilha... É mesmo muito difícil mastigar por isso vais trinca-la com muita força!
Deixa os músculos do teu pescoço ajudarem.



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

Agora relaxa... e deixa o teu queixo cair. Vês como é uma sensação agradável?

2. Agora volta a mastigar a pastilha elástica. Aperta-a com toda a força e tenta empurrá-la com a língua contra os dentes.

Pronto...! Agora relaxa e sente o queixo pendurado...

3. Mastiga mais uma vez: vais ter de conseguir esmagar a pastilha com os teus dentes! Trinca-a com toda a força que tiveres.

Isso mesmo! Com muita força! Está ótimo assim. Agora podes relaxar...

4. Agora que esmagaste a pastilha, tenta relaxar todo o teu corpo. Deixa-te sentir molengão e sempre confortável.



Face e Nariz

1. Vamos imaginar que vem aí uma mosca velha e chata... Olha, pousou no teu nariz, sentes? Tenta enxotá-la, mas sem usar as tuas mãos. Enruga e mexe bem o nariz. Boa, isso mesmo! Conseguiste afastá-la. Agora podes relaxar o teu nariz.



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”



2. Ohhh! Vem aí novamente a mosca... Pousou mesmo no meio do teu nariz. Enruga-o outra vez, o mais que puderes para a mandares embora. Assim mesmo, já se foi embora. Podes relaxar a tua cara. Repara que quando enrugas o teu nariz, a tua boca, os teus olhos, e a tua testa também ajuda. Portanto, quando relaxas o teu nariz a tua cara relaxa-se toda.



3. Lá vem a mosca outra vez! Mas desta vez pousou na tua testa. Faz muitas rugas para tentar assustá-la! Isso!...
4. Já fugiu, podes relaxar. Deixa a tua cara ficar suave, sem rugas. Repara como é uma sensação agradável, está relaxada e a sensação é agradável.



“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

Pernas e Pés

1. Vamos fingir que estás de pé, numa grande poça de lama... Faz força para enterrar os dedos dos pés na lama.
2. Vá! Tenta enterrar os pés até ao fundo, ajudando com as pernas. Continua a fazer força, muita força! Sentes as pernas a entrar dentro da lama.
3. Agora, sai da poça e deixa os teus pés e pernas ficarem relaxados, deixa os dedos dos pés ficarem soltos.
Sente como é bom!...
4. Volta a entrar na poça da lama. Ajuda com as pernas a enterrar os pés, com força, muita força. Mais força ainda! Tenta enterrar as pernas todas... Isso mesmo!
5. Agora sai outra vez da lama. Relaxa os pés e as pernas. Repara como estão diferentes e como é bom sentir-se molengão e relaxado.





“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

Conclusão

1. Continua a sentir-te molengão e relaxado... Deixa o teu corpo tornar-se cada vez mais molengão durante algum tempo... Daqui a algum tempo vais poder abrir os olhos...
2. Ao longo do dia, lembra-te como é bom estar relaxado, tal como aconteceu durante estes exercícios. Pratica estes exercícios todos os dias, para que consigas relaxar-te cada vez melhor!
3. Aproveita, por exemplo, o momento em que te vais deitar, com a luz apagada e sem ninguém te incomodar. Isso ajuda-te a adormecer.
4. Agora, muito devagar, podes começar a espreguiçar-te! Estica o teu corpo todo. Pernas... tronco... braços... ombros... pescoço... e cabeça... Estás a acordar...
5. Podes abrir os olhos...!
6. Muito bem! 😊



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

"EU ESTIVE CÁ"

Ano:

Turma:

	1ª Sessão	2ª Sessão	3ª Sessão	4ª Sessão	5ª Sessão	6ª Sessão	7ª Sessão	8ª Sessão
Nome do/a Aluno/a	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____	____/____/____
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								



Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!!

GMOE

21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



GMOE – Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Eu avalio

Gostaste das atividades que fizemos juntos?

Nome do Aluno: _____

Turma: _____

Ano: 5º



A folha “Eu avalio” tem como objetivo dar-nos a conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques a carinha feliz, indiferente ou triste, mediante o que sentiste na sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós! ☺

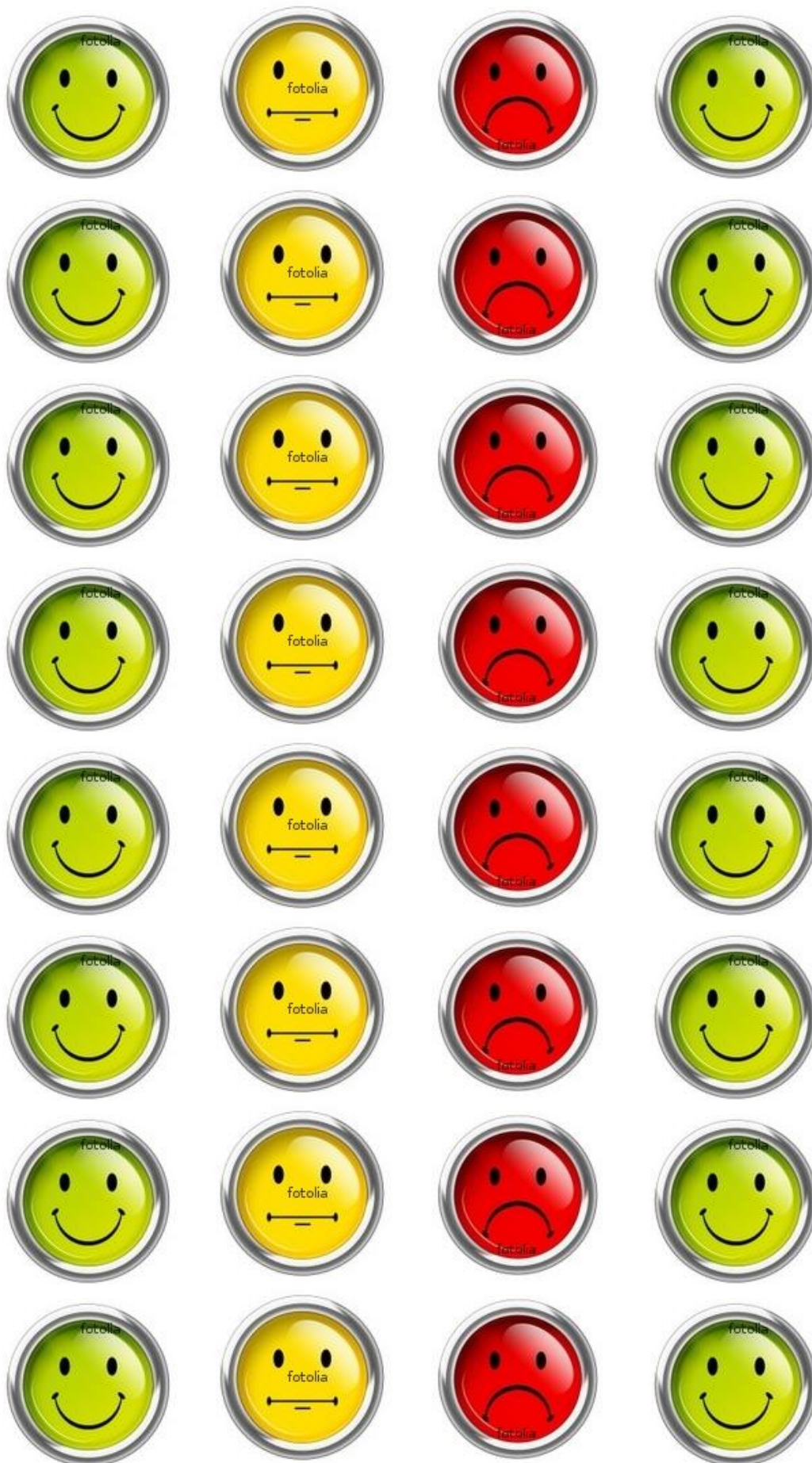
<i>Sessão</i>	<i>Avaliação Carinha</i>
<i>1ª Sessão - Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...</i>	
<i>2ª Sessão -</i>	



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

GMOE – Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

<i>3ª Sessão - Sinto-me bem como sou!</i>	
<i>4ª Sessão - Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!</i>	
<i>5ª Sessão - Vamos organizar o estudo</i>	
<i>6ª Sessão - Como tirar apontamentos e fazer esquemas</i>	
<i>7ª Sessão - Como preparar os testes</i>	
<i>8ª Sessão - A minha participação foi excelente, parabéns a todos!</i>	





“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

GMOE

“Avalio os meus conhecimentos”

Nome: _____

Turma: _____

Data: __/__/__

Olá! Responde às seguintes questões de acordo com aquilo que verdadeiramente sentes e pensas. Dessa forma, estás a ajudar-nos a melhorar futuras atividades como esta. Obrigada pela tua ajuda!

Depois de terminadas as atividades do programa: “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!” penso que:

As sessões foram...

Muito interessantes ☺

Mais ou menos interessantes +/-

Pouco interessantes ☹

Nada interessantes ☹

Participei nas atividades com...

Muito entusiasmo ☺

Algum entusiasmo +/-

Pouco entusiasmo ☹

Nenhum entusiasmo ☹



“Bem-vindo ao 5.º ano, vai ser espetacular!”

GMOE

Com as sessões aprendi...

Muito



Mais ou menos

+/-

Pouco



Nada



As sessões ajudaram-me a conhecer melhor os meus colegas...

Muito



Mais ou menos

+/-

Pouco



Nada



Especialmente ajudaram-me a...

A/s sessão/ões que mais gostei foi/ram ...

Porque...



"Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

GMOE

A/s sessão/ões que menos gostei foi/ram ...

Porque...

Uma sugestão que eu gostaria de dar é...

Muito obrigada pela tua colaboração!



As psicólogas

Ana Luísa Faria

Bruna Rodrigues

Rosa Araújo



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



Caros Pais,

Vimos por este meio informar que o Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE) iniciou a dinamização do Programa ***“Bem vindo ao 5º ano: vai ser espetacular!”***, junto dos alunos do 5º ano. As atividades visam desenvolver nas crianças competências de aprendizagem e hábitos e métodos de estudo ao longo do 2º ciclo, prevenindo, assim possíveis dificuldades na aprendizagem.

Neste sentido, desenvolvemos um programa de intervenção, tendo subjacentes os seguintes **objectivos gerais:** **1)** Preparar os alunos para lidarem de forma mais ajustada com as mudanças e transições inerentes ao 2º ciclo; **2)** Prevenir os problemas e dificuldades com que os alunos poderão vir a deparar-se, capacitando-os de estratégias para resolução de problemas, assim como **3)** Promover a autorregulação da aprendizagem (hábitos e métodos de estudo).

Esta intervenção será desenvolvida ao longo de 8 sessões, na aula de OC (Oferta Complementar), com a duração de 45 minutos cada, dinamizadas em articulação com o professor da disciplina. Serão criadas ao longo das sessões um conjunto de atividades que terão oportunidade de observar junto dos vossos educandos. De forma a poderem exercitar as competências que os vossos educandos aprenderam durante as sessões bem como proporcionar um ambiente de maior proximidade junto deles, será entregue numa das sessões um *Manual de Estudo* contendo uma síntese de tudo o que foi abordado nas sessões e que servirão de apoio ao estudo em casa. Estas e muitas outras surpresas... poderão descobrir junto deles!

Deste modo e para que a intervenção seja mais eficaz, necessitamos da colaboração e autorização dos pais/encarregados de educação para dar continuidade às atividades desenvolvidas junto das crianças.

Esperamos que todo este material possa ser um recurso para proporcionar momentos de aprendizagem e de alegria junto dos vossos educandos!

Desejamos a todos, filhos e pais, sucesso para ultrapassar mais esta etapa!

Agradecemos a vossa colaboração.

O Gabinete de Mediação e Orientação Escolar:

As psicólogas dinamizadoras

Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo

A psicóloga do Agrupamento e orientadora

Sónia Dias



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



Eu, _____, Encarregado(a)
de Educação do(a) aluno(a) _____, declaro
que tomei conhecimento do desenvolvimento do programa de intervenção junto do meu
educando.

AE Maximinos, Abril de 2015

O (A) Encarregado(a) de Educação,

Eu, _____, Encarregado(a)
de Educação do(a) aluno(a) _____, declaro
que tomei conhecimento do desenvolvimento do programa de intervenção junto do meu
educando.

AE Maximinos, Abril de 2015

O (A) Encarregado(a) de Educação,

Eu, _____, Encarregado(a)
de Educação do(a) aluno(a) _____, declaro
que tomei conhecimento do desenvolvimento do programa de intervenção junto do meu
educando.

AE Maximinos, Abril de 2015

O (A) Encarregado(a) de Educação,

Programa de intervenção

“Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”



Programa realizado
no âmbito do Estágio Curricular,
na Universidade Católica Portuguesa.

Estagiárias

Ana Luísa Faria

Bruna Filipa Rodrigues

Rosa Maria Araújo

Sob orientação de

Dr.^a Sónia Dias

Sob a supervisão de

Prof.^a Doutora Ângela Azevedo

Ano letivo 2014/2015

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Índice

Fundamentação teórica	3
Ficha técnica do programa	6
Público-alvo	6
Objetivos gerais	6
Objetivos específicos	7
Intervenientes	7
Início e fim do programa	8
Apresentação das sessões	9
Sessão 1 <i>Vamos apresentar-nos</i>	9
Sessão 2 <i>O nosso contrato</i>	12
Sessão 3 <i>Sinto-me bem como sou</i>	15
Sessão 4 <i>Sou capaz de resolver os meus problemas</i>	17
Sessão 5 <i>Vamos organizar o estudo</i>	19
Sessão 6 <i>Como tirar apontamentos e fazer esquemas</i>	21
Sessão 7 <i>Como preparar para os testes</i>	23
Sessão 8 <i>A minha participação foi excelente, parabéns a todos!</i>	25
Lista de anexos	27
Referências Bibliográficas	29

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Fundamentação teórica

A escola é um contexto fundamental para o desenvolvimento das crianças e adolescentes, sendo que se constitui um lugar privilegiado para que os processos de socialização e de construção de identidade se iniciem. Segundo, Senos & Diniz (1998), esta construção da identidade possibilita o aumento do número de relações sociais do aluno, sendo que contribui para o aumento, manutenção ou alteração do seu autoconceito e autoestima.

Já Coelho (2010), menciona que é nesta fase que as transições bem conseguidas poderão contribuir para o bem-estar das crianças e para uma maior autoconfiança e aprendizagem, isto é, se as crianças se adaptarem bem à mudança de ciclo e se estiverem bem, sob o ponto de vista socio afetivo e cognitivo tornar-se-ão crianças felizes e aptas para as novas aquisições nesta nova fase.

Existem alunos que revelam uma maior capacidade em se ajustar e gerir as mudanças do que outros, o que poderá estar relacionado com aspectos contextuais, familiares e desenvolvimentais (Coelho, 2010).

Seco, Filipe, Pereira, e Alves (2009) realçam a importância do aluno possuir estratégias de auto-regulação e de aprendizagem, assim como um elevado autoconceito para alcançar o sucesso no momento da transição escolar, bem como ao longo do seu percurso escolar.

Num estudo realizado por Canavarro et al. (2005; cit in Gonçalves, 2013), onde refere o facto de os professores colocarem perguntas na sala de aula às quais o aluno não sabe responder; ter dificuldades com os trabalhos de casa; fazer um trabalho que é demasiado difícil; esquecer-se de trazer os materiais para a aula; ter dificuldades em dizer o que está certo na aula; ter de fazer demasiados trabalhos ao mesmo tempo e; ter dificuldades em trabalhar sozinho, se constituem como fortes preditores do aumento da ansiedade na transição do 1º para o 2º ciclo.

Deste modo, a transição do 1º para o 2º ciclo caracteriza-se principalmente pela preocupação em mudar para uma escola maior, com professores diferentes, novos funcionários e novos colegas (Correia & Pinto, 2008). É neste novo contexto que o aluno deixa de ter um só professor, como acontecia nos anos anteriores e, se depara com uma realidade completamente diferente passando, assim, para um regime onde a

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



distância entre alunos e professores é maior e onde o grau de exigência aumenta com o grau de ensino (Trivellato-Ferreira & Marturano, 2008).

Deste modo, ao transitar do 1º para o 2º ciclo, o aluno depara-se com um meio escolar diferente, onde todos têm maiores expectativas relativamente ao seu desempenho (Cleto & Costa, 2000). É neste meio que começam a surgir as relações professor/aluno menos próximas e mais conflituosas. Isto acontece, uma vez que os alunos procuram ter uma maior autonomia e um maior controle da situação, enquanto que ao mesmo tempo, os professores dão uma maior importância ao cumprimento das regras dentro e fora da sala de aula, sendo estes menos tolerantes em relação a ruídos, ao incumprimento de horários, à falta de material e às saídas constantes da sala de aula (Bento, 2007). É por isso espetável que os alunos nesta fase experienciem dificuldades acrescidas em acompanhar a matéria e que haja um decréscimo das suas notas o que se reflecte numa subida acentuada da ansiedade nos primeiros meses (Lopes, 2005).

Existem crianças que conseguem passar por esta experiência com entusiasmo e conseguem perceber os aspectos positivos que a escola tem. No entanto, há outras que se sentem ameaçadas pelas exigências inerentes a essa transição (Correia & Pinto, 2008). Na opinião de Carvalho e Gomes (2007), esta forma de encarar a transição tem a ver, com o processo de desenvolvimento das crianças. Ou seja, crianças que são mais autónomas, que têm capacidade de iniciativa e que adquiram as competências básicas de aprendizagem adequadas à sua faixa etária e nível de ensino, enfrentam com mais facilidade esse momento de transição (Gonçalves, 2013).

Neste sentido, a forma como as transições ocorrem dependem de cada indivíduo, tornando-se fundamental promover um trabalho que assente em práticas articulatórias, que favoreçam o processo de transição e que, ao mesmo tempo, minimize os efeitos indesejáveis do mesmo na vida dos alunos (Cleto & Costa, 2000). Tal como é referido por Carvalho e Gomes (2007; cit in Coelho, 2010) “é fundamental que as escolas dos diferentes ciclos de ensino desenvolvam entre si um trabalho de maior articulação para facilitar a adaptação dos alunos aos novos contextos educativos” (p.11).

Deste modo, os programas de apoio à transição revestem-se de enorme importância, uma vez que, preparam os alunos para lidarem de forma mais ajustada com mudanças e transições de ciclo, bem como antecipam ou previnem os problemas e dificuldades com que os alunos poderão vir a enfrentar (Sousa, 2008).

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Desta forma, torna-se pertinente encontrar soluções e implementar algumas estratégias tais como a promoção de mudança de hábitos ou comportamentos, bem como ao nível do que pensam acerca da escola e o que sentem perante a mesma, ou seja encontrar soluções referente à motivação escolar, de modo a facilitar o processo de aprendizagem aos alunos (Ferreira, 2006). Ainda assim, a existência de programas que abordem, na transição do 1º para o 2º ciclo, a capacidade de organização do aluno, que proporcionem o desenvolvimento de um autoconceito positivo, que potenciem a modificação de comportamentos desadequados bem como uma maior concentração nas tarefas desempenhadas (Bento, 2007), facilita a adaptação dos alunos ao seu novo contexto.

Assim, torna-se importante realçar que o objetivo principal será dotar o aluno de um leque diversificado de procedimentos bem como permitir que forme perceções positivas acerca da escola e da forma de estudar, que o aluno poderá vir a implementar durante o seu futuro escolar, dependendo das situações e das exigências das tarefas (Rosário, 1999).

Bento (2007) refere que os programas de transição escolar devem abranger não só os alunos como também os pais, professores e os irmãos mais velhos, caso estes frequentem a escola para onde o aluno vai transitar.

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Ficha técnica do programa

Público-alvo

Este programa de intervenção destina-se a alunos do 5º ano de escolaridade da escola Frei Caetano Brandão pertencente ao Agrupamento de Escolas de Maximinos, em Braga.

A escolha dos intervenientes deve-se ao facto do programa ter, acima de tudo, um carácter preventivo, no sentido de capacitar as crianças de competências de autorregulação, nomeadamente, de hábitos e métodos de estudo, desde o 5º ano de escolaridade, como acima nos sugere a literatura. Deste modo pretende-se, assim, colmatar as dificuldades de aprendizagem advindas de uma má aquisição das competências de estudo, nomeadamente não saber gerir o tempo, não saber fazer resumos, esquemas, preparar os testes entre outros. A divulgação do programa será feita por carta (anexo 1), entregue pelo Diretor de Turma aos alunos do 5º ano, que por sua vez, entregaram aos seus Encarregados de Educação. A carta contará em anexo com uma ficha de inscrição (anexo 2), para que os Encarregados de Educação que inscrevam os seus educandos para a participação no programa, possam preencher o documento e proceder à entrega do mesmo ao Diretor de Turma.

Objetivos gerais

- ★ Preparar os alunos para lidarem, de forma mais ajustada, com as mudanças e transições inerentes ao 2º ciclo;
- ★ Promover a autorregulação da aprendizagem;
- ★ Prevenir os problemas e dificuldades com que os alunos poderão vir a deparar-se, capacitando-os de estratégias para resolução de problemas;
- ★ Dotar o aluno de competências que o permitam alcançar o sucesso escolar;
- ★ Promover o autoconhecimento.

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Objetivos específicos

- ★Clarificar o papel do psicólogo na escola;
- ★Identificar as principais mudanças na transição para o 2º ciclo;
- ★Promover uma atitude positiva perante a transição para o 5º ano;
- ★Promover o desenvolvimento de estratégias pessoais de adaptação associadas às mudanças inerentes à transição;
- ★Promover competências sociais nos alunos;
- ★Promover as relações interindividuais no grupo;
- ★Ajudar os alunos a identificar as causas e apontar possíveis soluções para a dificuldade em estudar;
- ★Promover a gestão de estudo pessoal;
- ★Estimular os alunos na gestão do tempo;
- ★Apoiar os alunos na elaboração de um plano de estudos;
- ★Proporcionar um ambiente escolar tranquilo e saudável, valorizando, além do estudo, capacidades artísticas e manuais;
- ★Desenvolver no aluno a responsabilidade, autonomia pessoal e hábitos, tais como: hora de estudar, tomada de decisões, resolução de pequenos problemas e promoção da autonomia;
- ★Desenvolver competências procurando uma maior concentração nas atividades, organização e planeamento dos conteúdos (local adequado, materiais necessários, horário e tempo apropriados);
- ★Promover a motivação nas actividades escolares.

Intervenientes

A implementação do programa terá lugar numa sala de aula da Escola Frei Caetano Brandão cedida para o efeito. Cada grupo será constituído pelo número de elementos que contém cada turma, desde que previamente inscritos no programa. O Programa é composto por oito sessões de 45 minutos cada (duração da aula de OC) e será aplicado pelas Psicólogas estagiárias, Ana Luísa Faria, Bruna Filipa Rodrigues e

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Rosa Maria Araújo e pela Psicóloga do Agrupamento de Escolas de Maximinos, Dr^a. Sónia Dias.

Das 8 turmas do 5ºano onde será implementado o programa, o número mínimo de alunos por grupo são 18 e o número máximo 29 alunos, sendo que os grupos não são divididos como seria desejável, uma vez que além de não existirem salas disponíveis, é necessária a presença do professor titular na sessão.

Início e fim do programa

A duração prevista para a implementação do programa é de 8 semanas, sendo que haverá lugar apenas para uma sessão semanal (ainda não definido), cujo dia será escolhido previamente pela Diretora do 5º ano, tendo em consideração os horários das turmas. Cada sessão terá uma duração aproximada de 45 minutos. O programa tem início no mês de Outubro de 2014 e término no mês de Dezembro do mesmo ano (ainda a definir). Tudo isto decorrerá conforme delineado, salvo a exceção da turma do 5º2 que iniciou o programa no dia 31 de Outubro.

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Apresentação das sessões

1ª Sessão - “Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...”

Objetivos específicos:

- ✿ Apresentar os participantes do programa de intervenção;
- ✿ Clarificar o papel do psicólogo na escola;
- ✿ Promover o envolvimento dos participantes no programa de intervenção;
- ✿ Explorar os conteúdos e os objetivos do programa de intervenção;
- ✿ Recolher informações relevantes dos participantes no pré-teste.

Duração da sessão: 45 minutos

Intervenientes:

- ✿ Psicólogas
- ✿ Alunos (turma do 5º ano escolaridade)

Materiais necessários:

- ✿ 1 Lenço de pano
- ✿ Pré-teste “ Avalio os meus conhecimentos”
- ✿ Folha de presença “ Eu estive cá!”
- ✿ Lápis e borracha
- ✿ *Power Point*
- ✿ Projetor
- ✿ Folha de avaliação da sessão “Eu avalio”

Identificação das atividades:

- 1º Atividade: “Lencinho de mão em mão”
- 2º Atividade: “O programa consiste em...”

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Descrição das atividades:

Inicia-se a sessão dando as boas vindas a todos os participantes do programa “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”. De seguida, é realizada uma breve apresentação das dinamizadoras, sensibilizando para a pertinência do papel do Psicólogo Escolar, esclarecendo que este tem como função intervir com todas as crianças de forma preventiva, havendo ou não dificuldades por parte delas.

De seguida pede-se a todos os intervenientes que se sentem em cadeiras, dispostas em círculo e as psicólogas dão início à primeira atividade “Lencinho de mão em mão”, com o objetivo de apresentar os intervenientes, colocando-os à vontade para se conhecerem melhor, uma vez que vão trabalhar em conjunto. A atividade consiste num jogo em que todos os participantes são envolvidos. Uma das psicólogas com o lenço (anexo 1.1) na mão explicará as regras do jogo e apresentará as várias questões, que cada participante que tenha o lenço, terá que responder, por exemplo o nome, a idade, ou o que mais gosta de fazer. Dando assim início ao jogo, cada participante, aleatoriamente, colocará atrás de uma das cadeiras onde está sentado um outro participante, o lenço. Enquanto isto, pronuncia a Lengalenga do lencinho “O lencinho vai na mão, ele vai cair ao chão, quem olhar para trás, vai ter de pegar nele na mão”. O jogo terminará quando todos os elementos estiverem apresentados.

Seguidamente administra-se o pré-teste (anexo 1.2), com o objetivo de perceber o ponto de partida do programa através das respostas dos participantes, perceber como os alunos estudam, em que locais, as horas do dia, quem os costuma apoiar nos estudos, como se costumam se organizar no estudo, entre outras questões. Depois da aplicação deste, será desconstruído o conceito do papel do psicólogo na escola, realizando perguntas sobre o que as crianças pensam do psicólogo e clarificando as funções deste (anexo 1.3).

Posteriormente, as psicólogas darão início à segunda atividade “O programa consiste em...”. Esta atividade consiste numa breve apresentação (anexo 1.4) dos conteúdos programáticos que serão abordados durante as sessões seguintes. Será ainda comunicado que, caso os alunos participem em todas as sessões assiduamente e de forma ativa, no final receberão um prémio.

Já na parte final da sessão as psicólogas incentivam ao diálogo entre os participantes, onde é pretendido que se abordem as expetativas do programa.

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



No final, passar-se-á a folha de presença “Eu estive cá!” (anexo 1.5) relativa à presença e participação dos alunos na sessão. Será ainda passada a folha “Eu avalio” para a avaliação relativa a todas as atividades desta sessão (anexo 1.7) e ainda as carinhas utilizadas pelas crianças (anexo 1.7.1).

Para concluir a sessão, as dinamizadoras despedem-se das crianças motivando-as a não faltarem na próxima sessão pois vão aprender coisas novas e interessantes.

Tarefa inter sessão: Como tarefa inter sessão para casa será entregue aos alunos uma folha com a palavra “estudar” para que eles a completem com outras palavras do mesmo campo lexical (anexo 1.6).

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



2ª Sessão: “ Construir com regras!”

Objetivos específicos:

- ☼ Fomentar nos alunos a importância da interajuda;
- ☼ Conscientizar os alunos da importância da aprendizagem;
- ☼ Associar a escola e os estudos ao prazer e não só à obrigação;
- ☼ Conscientizar o aluno na aceitação e no cumprimento das regras escolares para o bom funcionamento das sessões;
- ☼ Promover comportamentos adequados no contexto da sala aula;
- ☼ Promover competências sociais nos alunos;
- ☼ Promover as relações interindividuais no grupo;
- ☼ Propiciar um ambiente escolar tranquilo e saudável, valorizando, além do estudo, capacidades artísticas e manuais.

Duração da sessão: 45 minutos

Intervenientes:

- ☼ Psicólogas
- ☼ Alunos (turma do 5º ano escolaridade)

Materiais necessários:

- ☼ Contrato “Aceito o que li e acrescento!”
- ☼ Lápis e borracha
- ☼ Cartolinas A4 (com logotipo programa, com nome “*Diário escolar*”, para parte da frente) e outras sem nada (parte traz)
- ☼ Rolo fio
- ☼ Furadores
- ☼ Micas
- ☼ Folha de presenças “Eu estive cá!”
- ☼ Avaliação da sessão “Eu avalio”

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Identificação das atividades:

1ª Atividade: “Aceito o que li e acrescento!”

2ª Atividade: “O meu *Diário escolar*”

Descrição das atividades:

A sessão inicia através de um diálogo com os alunos sobre como correu a sua semana e com um *remember* da sessão anterior, recordando o que foi feito na mesma, assim como, uma reflexão/esclarecimento em relação à tarefa de inter sessão, durante 10 minutos. A primeira atividade “Aceito o que li e acrescento!” consiste num contrato com algumas regras de participação no programa, para que haja um bom funcionamento do trabalho em grupo durante as várias sessões do programa e ainda salientando a importância destas para o contexto de sala de aula. Assim, é entregue a cada aluno o contrato de participação (anexo 2.1), no qual já se encontram algumas regras e espaço para escrever outras regras acordadas com os alunos.

Segue-se a segunda atividade “O saco da equipa” (anexo 2.2) que consiste no primeiro passo para a atividade seguinte. Existem 4 mesas espalhadas na sala com os números 1, 2, 3 e 4 (um número por mesa), uma das psicólogas tem o saco de pano “Em equipa”, onde estão 4 folhas A4, dobradas, com o número 1, 2, 3 e 4. Cada criança tem de retirar um papel, perceber qual o número atribuído, voltar a dobrar o papel, coloca-lo novamente no saco e de seguida dirigir-se à mesa correspondente ao número que lhe havia sido atribuído. E assim sucessivamente, até que todos estejam distribuídos pelas quatro mesas. Os materiais necessários para a realização da próxima atividade, serão previamente distribuídos pelas estagiárias, sendo que na mesa 1 se encontram as cartolinas, na mesa 2 os furadores, na mesa 3 as micas e na mesa 4 o fio.

A terceira atividade, “O meu Diário escolar” é uma continuação da segunda, será explicado aos alunos que esta atividade prende-se com a construção de um *dossier* individual (anexo 2.3) com o nome aluno, idade e turma e com o nome programa. Em cada sessão, o aluno terá consigo o seu *dossier*, por forma a poder acrescentar o material realizado durante cada sessão. Para isso, esta atividade exige espírito de equipa, interajuda e companheirismo, visto que a atividade só será concretizada, quando todos passarem pelas quatro mesas e os colegas os terem ajudado a construir o seu *diário escolar*. Os alunos da mesa 1 terão de lavar as cartolinas à mesa 2 para que lá as possam

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



furar. Por sua vez, os alunos da mesa 2 terão de lavar o material já realizado à mesa 3 para que os colegas possam colocar as micas (10 em cada diário) e, por fim, estes terão de levar o material à mesa 4 para que os colegas possam passar o fio no buracos e terminarem o “diário escolar”. Finalmente, será entregue a folha de presenças (anexo 2.4) e realizada a avaliação relativa a todas as atividades da sessão (anexo 2.5) e ainda as carinhas utilizadas pelas crianças (anexo 2.5.1).

Para concluir a sessão, as dinamizadoras despedem-se das crianças motivando-as a não faltarem na próxima sessão pois vão aprender coisas novas e interessantes.

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



3ª Sessão – “Sinto-me bem como sou!”

Objetivos específicos:

- ☼ Promover a autoestima e sentimentos positivos em relação a si próprio;
- ☼ Explorar a ideia de aceitar elogios;
- ☼ Promover o conhecimento das capacidades pessoais;
- ☼ Ajudar no desenvolvimento da própria identidade e o conhecimento das características pessoais;
- ☼ Clarificar a importância do heteroconceito na formação da identidade pessoal.

Duração da sessão: 45 minutos

Intervenientes:

- ☼ Psicólogas
- ☼ Alunos (turma do 5º ano de escolaridade)

Materiais da sessão:

- ☼ Espelhos
- ☼ Folhas
- ☼ Lápis
- ☼ Folha de presenças
- ☼ Avaliação da sessão

Identificação das atividades:

- 1ª atividade: “Arco-íris”
- 2ª atividade: “A minha árvore!”
- 3ª atividade: “Espelho Mágico”

Descrição da atividade: A sessão inicia como usualmente, fazendo um breve resumo da sessão anterior, durante 10 min.

Num primeiro momento, será pedido a cada aluno que escolha uma das cores do “Arco-íris” (anexo 3.1) para caracterizar como habitualmente se sente e refira ainda

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



qual a cor que espelha os seus sentimentos naquele dia. Com esta atividade pretendemos que as crianças se consciencializem de como se costumam sentir no dia-a-dia e nos diferentes contextos em que estão inseridas. Assim, compreenderemos se as mesmas se sentem felizes consigo próprias e, aquelas que não sentirem, tentaremos valorizar a sua autoestima e autoconfiança nas atividades seguintes.

Posteriormente, será entregue às crianças uma folha com uma árvore impressa, “*A minha árvore*” (anexo 3.2) e um envelope que contém sentimentos positivos e negativos (anexo 3.2.1). É pedido aos alunos que colemb na sua árvore as frases com as quais mais se identificam. Por um lado, pretende-se com este exercício que a criança consiga nomear as suas capacidades pessoais e êxitos e ainda acreditar em si própria, bem como ser capaz de afastar pensamentos negativos. Por outro lado, o objetivo deste exercício será verificar se as crianças colocam o mais importante para elas na raiz da árvore e o menos importante no cimo da mesma.

Finalmente, na terceira atividade “*Espelho mágico*” (anexo 3.3) será pedido às crianças que, com recurso a um espelho se elogiem, uma vez que quando somos elogiados ou nos elogiamos a nós próprios a nossa autoestima e autoconfiança aumenta. Todas as atividades realizadas nesta sessão têm como principal objetivo dotar as crianças de competências de valorização pessoal enquanto alunos e nos restantes papéis da sua vida.

Finalmente, será entregue aos alunos a folha de presenças (anexo 3.4) e de seguida a avaliação das sessões (anexo 3.6) e ainda as carinhas utilizadas pelas crianças (anexo 3.6.1).

Para concluir a sessão, as dinamizadoras despedem-se das crianças motivando-as a não faltarem na próxima sessão pois vão aprender coisas novas e interessantes.

Tarefa inter sessão: Será entregue às crianças uma folha com espaços nos quais os mais próximos (pais, irmãos, avós, amigo, professor e auxiliar) possam escrever o que pensam sobre elas. Esta tarefa será colocada no *Diário Escolar*. Caso os aspetos mencionados por estes sejam menos positivos, trabalhá-los-emos na próxima sessão (anexo 3.5).

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



4ª Sessão – “Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!”

Objetivos específicos:

- ✿ Proporcionar às crianças conhecimentos sobre os problemas;
- ✿ Ajudar as crianças a perceber que há muitas maneiras de resolver problemas;
- ✿ Ajudar as crianças a identificar as competências de resolução de problemas que já possuem e dota-las de novas aptidões.

Duração da sessão: 45 minutos

Intervenientes:

- ✿ Psicólogas
- ✿ Alunos (turma do 5º ano de escolaridade)

Materiais da sessão:

- ✿ *Power Point*
- ✿ Projetor
- ✿ Folha de presenças “Eu estive cá!”
- ✿ Folhas de avaliação da sessão “Eu avalio”

Identificação das atividades:

1ª atividade: “A Formiga-General”

2ª atividade: “Subindo a árvore”

Descrição das atividades:

A sessão inicia como habitualmente, fazendo um resumo da sessão anterior, bem como um esclarecimento da tarefa de inter sessão realizada em casa, durante 10 min.

Iniciamos a sessão com a atividade “A Formiga-General” (anexo 4.1), esta é uma estória que utilizaremos para explicar o modelo PLEA – Planeamento, Execução e Avaliação (Rosário, Núñez & González-Pienda, 2007). A primeira fase – planificação – significa pensar naquilo que queremos fazer e preparar um plano para sabermos quando e como o faremos. Assim, as crianças analisam a tarefa de aprendizagem, avaliando os

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



seus recursos pessoais e elaboram um plano que os conduza do idealizado ao realizado. A segunda fase – execução – refere-se à colocação do plano estabelecido em prática, à implementação de um conjunto organizado de estratégias de aprendizagem, ao controlo e monitorização da sua eficácia, tendo em vista o que tinha sido planeado. Finalmente, a terceira fase – avaliação - consiste em julgar se essas tarefas de aprendizagem estão a acontecer como previsto, analisando a relação entre o idealizado e os objectivos estabelecidos, equacionando os porquês. Os resultados desta fase final sustentam a planificação de novas tarefas, reiniciando assim, o ciclo autoregulatório.

Seguidamente, iniciaremos a segunda atividade “Subindo a árvore” que tem como objetivo clarificar melhor todos os conceitos previamente explorados, recorrendo a exemplos práticos do dia-a-dia das crianças, através da utilização analógica da árvore (anexo 4.2) “Para chegar ao topo de uma árvore, é preciso começar a trepar, mas subindo um ramo de cada vez”. Alguns dos exemplos acima mencionados:

- 1) Como se come uma sandes;
- 2) Como se prepara a mochila;
- 3) Como se prepara uma ida à piscina/praias;
- 4) Como se realizar os trabalhos de casa e;
- 5) Como se prepara a prenda para o dia do/a pai/mãe.

Finalmente, será entregue aos alunos a folha de presenças (anexo 4.3) e por fim a avaliação das sessões (anexo 4.4) e ainda as carinhas utilizadas pelas crianças (anexo 4.4.1).

Para concluir a sessão, as dinamizadoras despedem-se das crianças motivando-as a não faltarem na próxima sessão pois vão aprender coisas novas e interessantes.

Tarefa inter sessão: Pedir à criança para que em casa, junto dos pais, pensem num problema (resolução de um trabalho de casa ou tarefa doméstica) e coloque em prática todas as fases de resolução desse problema.

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



5ª Sessão – “Vamos organizar o estudo”

Objetivos específicos:

- ⊗ Estimular os alunos na administração do seu tempo e concentração,;
- ⊗ Ajudar os alunos na elaboração de um plano de estudos;
- ⊗ Apresentar as condições necessárias para um ambiente escolar tranquilo e saudável;
- ⊗ Desenvolver no aluno responsabilidade, autonomia pessoal e de hábitos, como: hora de estudar, tomada de atitudes, solução de pequenos problemas, entre outros;
- ⊗ Desenvolver competências relativamente aos trabalhos escolares, procurando uma maior concentração nas atividades, organização e planeamento dos conteúdos (local adequado, materiais necessários, horário e tempo apropriados);

Duração da sessão: 45 minutos

Intervenientes:

- ⊗ Psicólogas
- ⊗ Alunos (turma do 5º ano de escolaridade)

Materiais da sessão:

- ⊗ *Power Point*
- ⊗ Projetor
- ⊗ Dicionários
- ⊗ Enciclopédias
- ⊗ Livros de consulta
- ⊗ Fichas de exemplo
- ⊗ Tarefa inter sessão “A minha atenção nas aulas”
- ⊗ Folha de presenças
- ⊗ Avaliação das sessões

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Identificação das atividades:

1ª atividade: “Vamos organizar o estudo”

2ª atividade: “Horário modelo”

Descrição das atividades:

A sessão inicia como habitualmente, conversando com os alunos sobre a sua semana e também fazendo um breve resumo da sessão anterior, assim como uma reflexão sobre a tarefa inter sessão desenvolvida em casa, durante 10 minutos. De seguida, iniciamos a primeira atividade, apresentando através de *Power Point* (anexo 5.1) estratégias de autorregulação sobre hábitos e métodos de estudo, com o objetivo de fomentar nos alunos a responsabilidade pessoal com os trabalhos escolares. É pretendida a promoção de uma atitude positiva relativamente aos hábitos e métodos de estudo, através da implementação de algumas estratégias tais como a gestão do tempo e concentração nas tarefas; apoiar os alunos na elaboração de um plano de estudos e ainda; apresentar as condições ideais para um ambiente de estudo agradável que facilite a aprendizagem. Por forma a tornar a sessão mais atrativa e cativante, será entregue a cada aluno no início da mesma, dois cartões, um vermelho e um preto. Estes cartões serão utilizados pelos alunos para responder às questões que as psicólogas forem levantando ao longo da sessão.

Posteriormente, iniciaremos a segunda atividade, que se prende na construção de um horário modelo (anexo 5.2) com os alunos, sendo esta uma das grandes dificuldades apontadas pelos mesmos. Finalmente, será entregue a folha de presenças (anexo 5.3) e realizada a avaliação das atividades (anexo 5.5) elaboradas nesta sessão e ainda as carinhas utilizadas pelas crianças (anexo 5.5.1).

Para concluir a sessão, as dinamizadoras despedem-se das crianças motivando-as a não faltarem na próxima sessão pois vão aprender coisas novas e interessantes.

Tarefa inter sessão: Será proposto aos alunos que, durante a semana, realizem uma sopa de letras (anexo 5.4), com o objetivo de encontrar palavras relacionadas com o estudo.

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



6ª Sessão – “Como tirar apontamentos e fazer esquemas”

Objetivos específicos:

- ☼ Conhecer e promover o uso de hábitos e estratégias de estudo (autorregulação);
- ⚙️ Ajudar os alunos a identificar as causas e apontar as possíveis soluções para a dificuldade em estudar;
- ☼ Dotar os alunos de aptidões para realizar os seus próprios apontamentos e esquemas.

Duração da sessão: 45 minutos

Intervenientes:

- ☼ Psicólogas
- ⚙️ Alunos (turma do 5º ano de escolaridade)

Materiais da sessão:

- ☼ *Power Point*
- ⚙️ Projetor
- ☼ Marcadores para sublinhar e canetas de cor
- ⚙️ Folha de presenças “Eu estive cá!”
- ☼ Avaliação das sessões “Eu avalio”

Identificação das atividades:

1ª atividade: “Como tirar apontamentos e fazer esquemas”

Descrição das atividades:

A sessão inicia como habitualmente, conversando com os alunos sobre a sua semana e também fazendo um breve resumo da sessão anterior, assim como uma breve reflexão acerca da tarefa inter sessão desenvolvida em casa, durante 10 minutos. De seguida, apresentaremos através de *Power Point* (anexo 6.1) estratégias de autorregulação sobre hábitos e métodos de estudo, com o objetivo de capacitar os alunos para a realização dos seus próprios esquemas e apontamentos. É pretendido ainda organizar os conhecimentos dos alunos para facilitar o processo de aprendizagem.

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Por forma a tornar a sessão mais atrativa e cativante, será entregue a cada aluno no início da mesma, dois cartões, um vermelho e um preto. Estes cartões serão utilizados pelos alunos para responder às questões que as psicólogas forem levantando ao longo da sessão.

Seguidamente e, com o objetivo de pôr em pratica todos os conhecimentos adquiridos, será entregue a cada aluno um texto para estes aplicarem tudo o que aprenderam, nomeadamente, serem capazes de realizar apontamentos e esquemas acerca do que leram, bem como praticar a leitura e sublinhados mais importantes.

Para concluir a sessão será entregue a folha de presenças "Eu estive cá" para os alunos assinarem (anexo 6.2) e de seguida, a folha para a avaliação das atividades (anexo 6.4) elaboradas nesta sessão e ainda as carinhas utilizadas pelas crianças (anexo 6.4.1).

Para concluir a sessão, as dinamizadoras despedem-se das crianças motivando-as a não faltarem na próxima sessão pois vão aprender coisas novas e interessantes.

Tarefa inter sessão: Será entregue a cada aluno uma notícia para pôr em prática, em casa, todos os conhecimentos adquiridos na sessão (6.3).

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



7ª Sessão – “Como preparar testes”

Objetivos específicos:

- ☼ Dotar o aluno de estratégias para melhor estudar;
- ⚙ Ajudar o aluno a aproveitar melhor o seu tempo de estudo;
- ☼ Apresentar estratégias para preparar testes e fichas.

Duração da sessão: 45 minutos

Intervenientes:

- ☼ Psicólogas
- ⚙ Alunos (turma do 5º ano de escolaridade)

Materiais da sessão:

- ☼ *Power Point*
- ⚙ Projetor
- ☼ Tarefa inter sessão “Sopa de letras”
- ⚙ Folha de presenças “Eu estive cá!”
- ☼ Avaliação das sessões “Eu avalio”

Identificação das atividades:

1ª atividade: “Como preparar testes”

Descrição das atividades:

A sessão inicia como habitualmente, conversando com os alunos sobre a sua semana e também fazendo um breve resumo da sessão anterior, e uma reflexão sobre a tarefa inter sessão entregue na semana anterior, durante 10 minutos. De seguida, apresentaremos através de *Power Point* (anexo 7.1) estratégias de autorregulação sobre hábitos e métodos de estudo, com o objetivo de os alunos serem capazes de realizar as avaliações com mais eficácia e sucesso e menos angústia. É pretendido ainda promover uma atitude positiva relativamente aos hábitos e métodos de estudo, através da implementação de algumas estratégias, tais como fazer apontamentos, esquemas bem

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



como sublinhar tudo aquilo que é mais importante reter. Por forma a tornar a sessão mais atrativa e cativante, será entregue a cada aluno no início da mesma, duas mãos, uma vermelha e uma verde. Estes cartões serão utilizados pelos alunos para responder às questões que as psicólogas forem levantando ao longo da sessão.

Posteriormente, será definitivamente entregue aos alunos o *Manual de Hábitos e Métodos de Estudo* (anexo 7.2) fornecido pelas estagiárias, com vista a ajudar os alunos durante todo o seu percurso académico. Por fim, será entregue a folha de presenças (anexo 7.3) e em último será realizada a avaliação das atividades (anexo 7.4) elaboradas nesta sessão e ainda as carinhas utilizadas pelas crianças (anexo 7.4.1).

Para concluir a sessão, as dinamizadoras despedem-se das crianças motivando-as a não faltarem na próxima sessão pois vão aprender coisas novas e interessantes.

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



8ª Sessão: “A minha participação foi excelente, parabéns a todos!”

Objetivos específicos:

- ✿ Estimular as competências de reflexão e propor sugestões acerca da intervenção realizada;
- ✿ Promover a aquisição de competências de autoavaliação sobre o empenho e participação de cada aluno, ao longo das sessões;
- ✿ Proporcionar às crianças, através do relaxamento, estratégias de autocontrolo;
- ✿ Perceber a eficácia do programa, através da avaliação das crianças.

Duração da sessão: 45 minutos

Intervenientes:

- ✿ Psicólogas
- ✿ Turma de alunos do 5º ano escolaridade

Materiais necessários:

- ✿ Diploma de participação programa
- ✿ Marcadores de livros
- ✿ Relaxamento
- ✿ Papel, lápis e borracha
- ✿ Folha de presenças “Eu estive cá!”
- ✿ Ficha de avaliação das sessões “Eu avalio”
- ✿ Pós-teste “Conta-nos a tua experiência”

Identificação das atividades:

- 1ª Atividade: “Conta-nos a tua experiência”
- 2ª Atividade: “A minha participação foi excelente!”

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Descrição das atividades:

Esta última sessão inicia como habitualmente, com o *remember* das sessões anteriores, verificando e ajudando os alunos a recordarem-se das mesmas, durante 15 minutos.

De forma a concluir o programa positivamente será desenvolvida a atividade “ A minha participação foi excelente!”, que consiste no agradecimento da presença e do bom comportamento durante as sessões, sendo entregue individualmente e de forma solene, um *Diploma de Participação* (anexo 8.1).

Posteriormente, será definitivamente entregue aos alunos o *Diário escolar* que estes foram construindo ao longo das sessões. Será ainda entregue às crianças marcadores de livros (anexo 8.2), para que estas os possam usar com o fim de decorarem os seus materiais escolares, por forma a recordá-los do que aprenderam durante as sessões, motivando-os para a aprendizagem bem como para que sirvam de lembrança de participação do programa “Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espectacular!”.

De seguida, será realizado com os alunos um relaxamento (anexo 8.3), com recurso a música (anexo 8.3.1), com o objetivo de lhes fornecer estratégias para controlar a ansiedade, o *stress* e a angústia sentidos nos momentos antecedentes a testes, períodos de exames, bem como em momentos da vida pessoal, muito referenciado pelos professores como sendo importante para os alunos.

Posteriormente, será entregue a folha de presenças (anexo 8.4) e realizada a avaliação da sessão (anexo 8.5) e ainda as carinhas utilizadas pelas crianças (anexo 8.5.1).

Em jeito de conclusão, será demonstrado por parte das estagiárias, o interesse na opinião dos alunos sobre o programa, quer positivamente ou não, das várias sessões e ainda saber o que gostaram mais ou menos de aprender, como se sentiram, o que poderia ser melhorado entre outras coisas. Para isto será entregue, individualmente, o pós-teste (anexo 8.6) do programa intitulada “Conta-nos a tua experiência”.

Finalmente, será ainda realçado que qualquer dúvida ou dificuldade que os alunos sintam, tenha sido um tema abordado nas sessões ou não, poderão sempre entrar em contato com o Gabinete de Psicologia do Agrupamento de Maximinos, para conversar com qualquer uma das estagiárias ou com a Dr^a Sónia, para poder encontrar estratégias de ajuda no problema/dificuldade sentida pelas crianças.

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Lista de anexos

Os anexos deste programa encontram-se em formato CD-ROM, apensado a este documento.

Anexo 1 – Carta de apresentação do programa aos pais e ficha de inscrição

Sessão 1

Anexo 1.1 – Lenço

Anexo 1.2 – Pré-teste *Conta-me a tua experiência*

Anexo 1.3 – Papel do psicólogo

Anexo 1.4 - Apresentação dos conteúdos programáticos

Anexo 1.5 – Folha de presença *Eu estive cá!*

Anexo 1.6 – Tarefa inter sessão - Palavra *Estudar*

Anexo 1.7 – Avaliação da sessão *Eu avalio*

Anexo 1.7.1 – Carinhas da avaliação da sessão

Sessão 2

Anexo 2.1 – Contrato de participação

Anexo 2.2 – O saco da equipa

Anexo 2.3 – Dossier individual – *Diário escolar*

Anexo 2.4 – Folha de presença *Eu estive cá!*

Anexo 2.5 – Avaliação da sessão *Eu avalio*

Anexo 2.5.1 – Carinhas da avaliação da sessão

Sessão 3

Anexo 3.1 – Arco-íris!

Anexo 3.2 – A minha árvore!

Anexo 3.2.1 – Sentimentos positivos e negativos

Anexo 3.3 – Espelho mágico!

Anexo 3.4 – Folha de presenças *Eu estive cá*

Anexo 3.5 – Tarefa inter sessão *Dizem que eu sou...*

Anexo 3.6 – Avaliação da sessão *Eu avalio*

Anexo 3.6.1 – Carinhas da avaliação da sessão

Sessão 4

Anexo 4.1 – Estória Formiga-General!

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Anexo 4.2 – Subindo à árvore!

Anexo 4.3 – Folha de presenças *Eu estive cá!*

Anexo 4.4 – Avaliação da sessão *Eu avalio*

Anexo 4.4.1 – Carinhas da avaliação da sessão

Sessão 5

Anexo 5.1 – *Power Point – Vamos organizar o estudo*

Anexo 5.2 – Horário modelo

Anexo 5.3 – Folha de presença *Eu estive cá!*

Anexo 5.4 – Tarefa inter sessão *Sopa de letras!*

Anexo 5.5 – Avaliação da sessão *Eu avalio*

Anexo 5.5.1 - Carinhas da avaliação da sessão

Sessão 6

Anexo 6.1 – *Power Point – Como tirar apontamentos e fazer esquemas*

Anexo 6.2 – Folha de presenças *Eu estive cá!*

Anexo 6.3 – Tarefa inter sessão *Notícia*

Anexo 6.4 - Avaliação da sessão *Eu avalio*

Anexo 6.4.1 - Carinhas da avaliação da sessão

Sessão 7

Anexo 7.1 – *Power Point – Como preparar testes*

Anexo 7.2 – Manual de hábitos e métodos de estudo

Anexo 7.3 – Folha de presenças *Eu estive cá!*

Anexo 7.4 – Avaliação da sessão *Eu avalio*

Anexo 7.4.1 - Carinhas da avaliação da sessão

Sessão 8

Anexo 8.1 – Diploma de participação

Anexo 8.2 – Marcador de livros

Anexo 8.3 – Relaxamento – Livro do gato habilidoso

Anexo 8.3.1 – Música relaxamento

Anexo 8.4 – Folha de presenças *Eu estive cá!*

Anexo 8.5 – Avaliação da sessão *Eu avalio*

Anexo 8.5.1 - Carinhas da avaliação da sessão

Anexo 8.6 – Pós-teste *Avalio os meus conhecimentos*

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



Referências Bibliográficas

- Abrantes, P. (2005). As transições entre ciclos de ensino: entre problema social e objecto sociológico. *Revista Interações*, 1(1), 25-53.
- Bento, A. (2007). *Efeitos das transições de ciclo e mudanças de escola: Perspectivas dos alunos do 5º ano (2º ciclo)*.
- Coelho, M. (2010). A transição do 1º ciclo para o 2º ciclo do ensino básico: Um contributo para o estudo de um problema num Agrupamento de Escolas do Litoral Alentejano. Tese de Mestrado
- Correia, K. S., & Pinto, M. A. (2008). Stress, *coping* e adaptação na transição para o segundo ciclo de escolaridade: efeitos de um programa de intervenção. *Aletheia*, 27(1), 7-22.
- Cleto, P. M., & Costa, M. E. (2000). A mobilização de recursos sociais e de *coping* para lidar com a transição de escola no início da adolescência. *Inovação*, 13(1), 69-88.
- Ferreira, M. (2006). *Do pré-escolar ao 1º ciclo do Ensino Básico procurando compreender a transição*. Dissertação de Mestrado. Universidade do Minho. Braga.
- Gonçalves, C. (2013). *O Aluno e a Transição: Relação entre auto-conceito e atitudes face à escola*. Tese de Mestrado
- Lopes, M. C. (2005). Transições e pontos críticos das trajectórias de escolaridade: estudo de caso em seis escolas secundárias da Grande Lisboa. *Revista Interações*, 1(1), 55-75.

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!



- Rosário, P. S. L. (1999). *Variáveis cognitivo-motivacionais na aprendizagem: As “abordagens ao estudo” em alunos do ensino secundário*. Braga: Universidade do Minho.
- Senos, J. & Diniz, T. (1998). Auto-estima, resultados escolares e indisciplina. Estudo exploratório numa amostra de adolescentes. *Análise Psicológica*, 26(2), 267-276.
- Seco, G., Filipe, L., Pereira, P., & Alves, S. (2009). *Formar para uma transição de sucesso: Intervenções do serviço de apoio ao estudante do instituto politécnico de Leiria*. Actas do X Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia. Braga: Universidade do Minho
- Sousa, S. (2008). *Educação para a carreira na Educação Pré-escolar. Avaliação de uma intervenção de consultoria psicológica*. Dissertação de Mestrado. Universidade do Minho. Braga.
- Trivellato-Ferreira, C., & Marturano, E. M. (2008). Recursos da criança, da família e da escola predizem competência na transição da 1ª série. *Interamerican Journal of Psychology*, 42(3), 549-558.

Anexo 18 - Ação formação “Família+perto caminhando para o sucesso!”



“Família+perto caminhando para o sucesso!”



Agrupamento de Escolas de Maximinos

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Caro/a Encarregado de Educação,

No seguimento da informação transmitida no início do mês de novembro, através de uma Carta enviada pelo Vosso educando, que precedeu o início da dinamização do Programa de Hábitos e Métodos de Estudo, ***“Bem-vindo ao 5º ano: vai ser espetacular!”***, que se encontra a ser desenvolvido na aula de Oferta Complementar (OC) em articulação com o Diretor de Turma, vimos convidá-lo/a a estar presente na ação de formação intitulada ***“Família+perto, caminhando para o sucesso!”***, a realizar no próximo dia 4 de dezembro, às 18h30m, na Biblioteca da EB2,3 Frei Caetano Brandão.

Esta ação de formação tem como objetivo geral dar a conhecer o Programa que se encontra a ser desenvolvido e, sequentemente, partilhar estratégias/técnicas de promoção de hábitos e métodos de estudo ajustados ao segundo ciclo de formação. Os objetivos específicos são: **1)** Refletir acerca do envolvimento parental na escola; **2)** Apresentar diferentes práticas parentais; **3)** Fomentar a importância das competências de comunicação e de interação entre pais e filhos; **4)** Facilitar o conhecimento das emoções negativas e promover as positivas; **5)** Fomentar a pertinência do envolvimento parental na escola; **6)** Estabelecer com as famílias uma relação de parceria na procura de rotinas e hábitos saudáveis, mostrando a importância do incentivo em casa e estabelecendo um vínculo de conhecimento do que é trabalhado na escola.

De modo a que o Programa de intervenção desenvolvido junto dos vossos filhos seja mais eficaz, necessitamos da vossa colaboração, aguardando a Vossa inestimável presença.

O Gabinete de Mediação e Orientação Escolar:

As psicólogas dinamizadoras

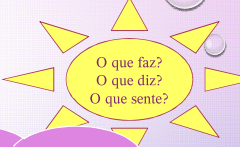
A psicóloga do Agrupamento e orientadora:




Família + perto caminhando para o sucesso

Psicólogas estagiárias:
Ana Luisa Faria
Bruna Rodrigues
Rosa Araújo

Psicóloga do AE Maximinos:
Sónia Dias



O que faz?
O que diz?
O que sente?

“Ultimamente, a professora tem elogiado muito o comportamento do/a seu/a filho/a na escola. Diz-lhe que caso ele/a continue assim, vai conseguir ter uma avaliação muito positiva...”

Parte I

Educação Parental



É importante:

- aprendizagem de regras sociais;
- resolução de problemas;
- tolerância à frustração;

↳ essenciais para a integração social da criança

Neste sentido:

- o papel dos pais nesta aprendizagem é fundamental

Sendo esperado:

- surjam dúvidas quanto à adequação ou não de alguns comportamentos em determinadas etapas do desenvolvimento das crianças.

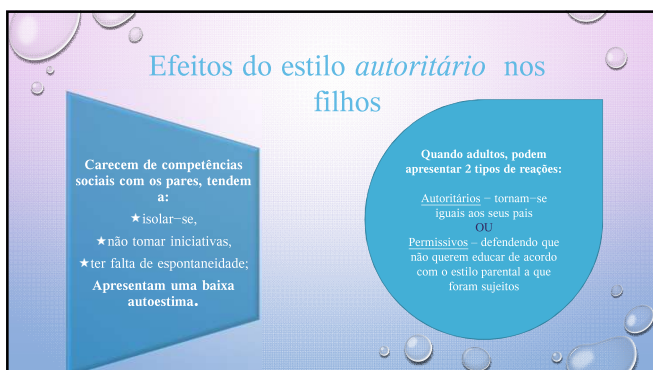
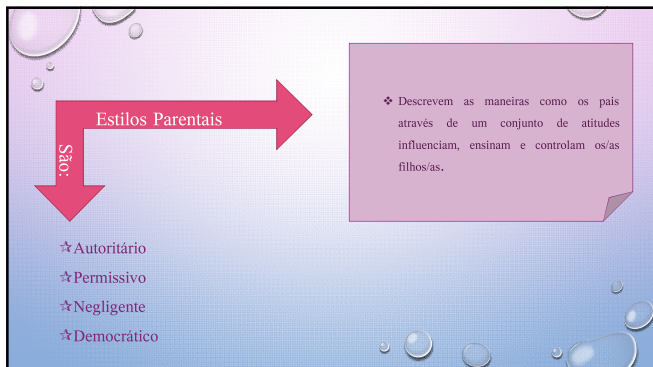
Índice

- ★ Introdução – A importância do papel dos pais na aprendizagem das crianças
- ★ Exemplo prático
- ★ Estilos parentais
 - ☆ Autoritário
 - ☆ Negligente
 - ☆ Permissivo
 - ☆ Democrático
- ★ Exemplo prático
- ★ Certo vs Errado
- ★ Sugestões para expressar aprovação
- ★ Na próxima sessão...
- ★ Relaxamento



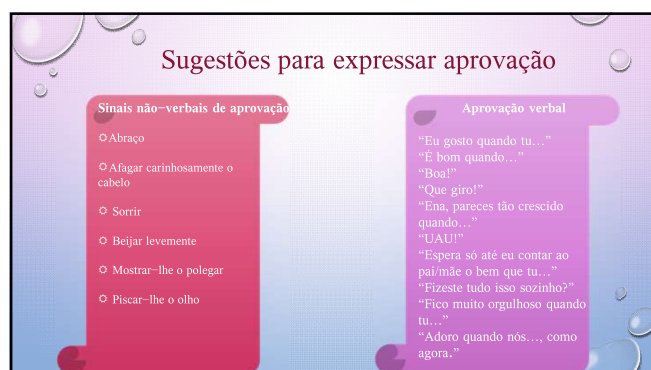
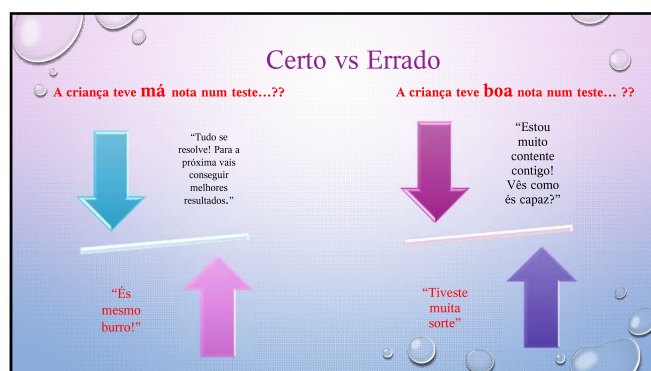
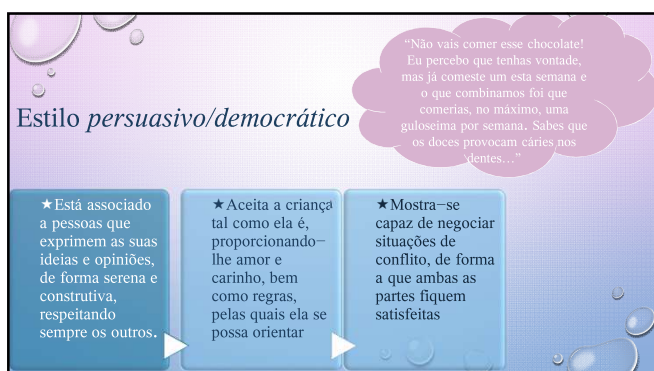
Da mesma forma que queremos que os nossos filhos se tornem adultos fortes, que consigam tirar prazer da vida, também queremos que os mesmos atinjam os seus objetivos, lutem por eles e vivam de forma harmoniosa.

Haverá uma forma de educar mais eficaz que outra?!





comer.
 Ana: – (Não ligou).
 5 minutos depois...
 Mãe: – Ana, o jantar está na mesa, não vens?
 Ana: – AGORA NÃO.
 Mais 5 minutos...
 Mãe: (irritada) – NÃO VOLTO A CHAMAR!
 10 minutos depois...
 Mãe: (muito irritada) – ANA, SE NÃO VIERES JÁ, FICAS SEM O JANTAR!



Índice da próxima sessão

- ★ **Introdução** – A importância do papel dos pais nas práticas de estudo dos filhos
- ★ Causas mais comuns do **insucesso** escolar, apontadas pelos pais
- ★ Importância da **leitura**, do **cinema**, do **teatro** e **TV**
- ★ **Exemplo** prático
- ★ **Frases** perigosas comumente ditas às crianças
- ★ **Expetativas** prejudiciais
- ★ Como **motivar** o seu filho para a escola
- ★ Estratégias a utilizar para **compreender** os **maus resultados**
- ★ **Apoiar** os filhos em casa
- ★ **Condições** de trabalho em casa
 - ✧ Condições **físicas**
 - ✧ Condições **psicológicas**
- ★ A importância da relação **pais-escola**
 - ✧ **Participação** dos pais na escola

Próxima sessão

Trocar informações

Email: familiamaisperto@outlook.com
Password: família+perto

Esclarecer dúvidas

Partilhar acontecimentos

Ficha técnica do programa

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Tema do programa: Programa de autorregulação da aprendizagem (hábitos e métodos de estudo).

Título do programa: “Bem vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!”

Objetivo: Promover nos alunos a aquisição de novas estratégias de estudo.

Nº de sessões: 8 sessões

Duração: 45 minutos

Dia: Sextas-feiras às 9h – Aula de OC (Oferta Complementar)

Início programa: 31/10/2014

Final programa: 16/12/2014

🤔 Têm dúvidas?

💡 Há algum tema que não tenhamos abordado que queiram debater?

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Sessão 1- “ Bem-vindo! Vamos Apresentar-nos...”

Sessão 2- “ Construir com regras”

Sessão 3- “Sinto-me bem como sou”

Sessão 4- “ Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!”

Sessão 5- “ Vamos organizar o estudo”

Sessão 6- “ Como tirar apontamentos e fazer esquemas”

Sessão 7- “Como preparar testes”

Sessão 8- “A minha participação foi excelente, parabéns a todos!”

Vamos relaxar





Muito obrigada pela vossa colaboração!!

As psicólogas:
Ana Luisa Faria
Bruna Rodrigues
Rosa Araújo
Sónia Dias

Índice

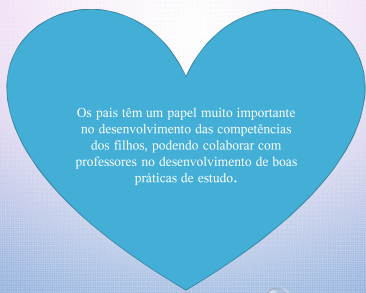
- ★ **Introdução** – A importância do papel dos pais nas práticas de estudo dos filhos
- ★ Causas mais comuns do **insucesso** escolar, apontadas pelos pais
- ★ Importância da **leitura**, do **cinema**, do **teatro** e **TV**
- ★ **Exemplo** prático
- ★ **Frases perigosas** comumente ditas às crianças
- ★ **Expetativas** prejudiciais
- ★ Como **motivar** o seu filho para a escola
- ★ Estratégias a utilizar para **compreender os maus resultados**
- ★ **Apoiar** os filhos em casa
- ★ **Condições** de trabalho em casa
 - ✧ Condições **físicas**
 - ✧ Condições **psicológicas**
- ★ A importância da relação **pais-escola**
 - ✧ **Participação** dos pais na escola




Família + perto caminhando para o sucesso

Psicólogas estagiárias:
Ana Luisa Faria
Bruna Rodrigues
Rosa Araújo

Psicóloga do AE Maxíminos:
Sónia Dias

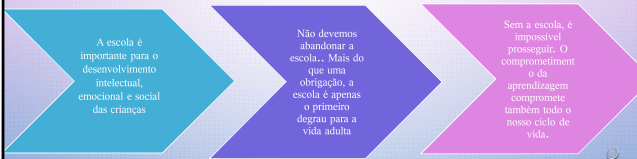


Os pais têm um papel muito importante no desenvolvimento das competências dos filhos, podendo colaborar com professores no desenvolvimento de boas práticas de estudo.

Parte II

Ajudar os filhos nos estudos

A importância da escola para o futuro



A escola é importante para o desenvolvimento intelectual, emocional e social das crianças

Não devemos abandonar a escola.. Mais do que uma obrigação, a escola é apenas o primeiro degrau para a vida adulta

Sem a escola, é impossível prosseguir. O comprometimento da aprendizagem compromete também todo o nosso ciclo de vida.

Ficha técnica do programa

Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Tema do programa: Programa de autorregulação da aprendizagem (hábitos e métodos de estudo).

Título do programa: "Bem vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!"

Objetivo: Promover nos alunos a aquisição de novas estratégias de estudo.

Nº de sessões: 8 sessões

Duração: 45 minutos

Dia: Sextas-feiras às 9h – Aula de OC (Oferta Complementar)

Início programa: 31/10/2014

Final programa: 16/12/2014

SESSÃO 2: "CONSTRUIR COM REGRAS"

Atividades:

☆ "Aceito o que li e acrescento"

★ "O saco da equipa"

☆ "O Meu Diário escolar"

Folha presenças: Eu estive cá

Avaliação atividades: Eu avalio

Alunos	Psicóloga
✓ Prestar atenção	✓ Fornecer todos os documentos necessários
✓ Participar nas atividades	✓ Respeitar todos na sala
✓ Trazer o que é pedido	✓ Ajudar sempre que seja solicitada
✓ Fazer o que é sugerido	✓ Esclarecer dúvidas sobre o programa
✓ Respeitar todos dentro da sala	✓ Explicar o que é pretendido nas sessões
✓ Ficar sentado/a na cadeira	✓ Ser pontual



Bem-vindo ao 5º ano, vai ser espetacular!

Sessão 1- " Bem-vindo! Vamos Apresentar-nos..."

Sessão 2- " Construir com regras"

Sessão 3- "Sinto-me bem como sou"

Sessão 4- "Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!"

Sessão 5- "Vamos organizar o estudo"

Sessão 6- " Como tirar apontamentos e fazer esquemas"

Sessão 7- "Como preparar testes"

Sessão 8- "A minha participação foi excelente, parabéns a todos!"

Sessão 3: "Sinto-me bem como sou"

Atividades:

☆ "Arco-íris"

★ "A minha árvore"

☆ "Espelho mágico"

Folha presenças: Eu estive cá

Sugestão: O que os outros dizem sobre mim...

Avaliação atividades: Eu avalio

SESSÃO 1 - "BEM-VINDO! VAMOS APRESENTAR-NOS..."

Atividades:

☆ "Lencinho na mão"

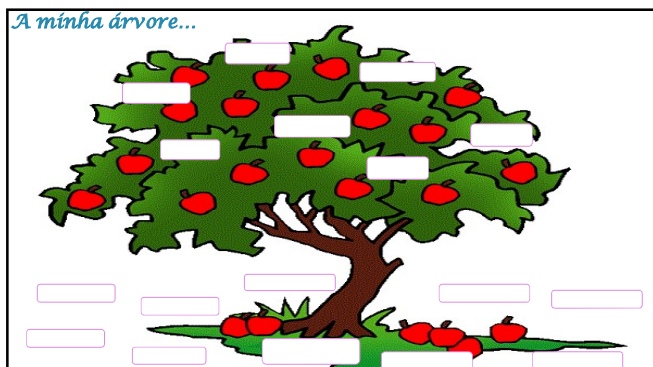
★ "Conta-me a tua experiência"

Folha presenças: Eu estive cá

Sugestão: Palavra estudar

Avaliação atividades: Eu avalio





Sessão 4: “Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!”

- **Atividades:**
 - ★ “A Formiga-General”
 - ★ “Subindo a árvore”
- **Folha presenças:** Eu estive cá
- **Sugestão:** Resolução de problemas
- **Avaliação atividades:** Eu avalio

<i>Sentimentos negativos</i>	<i>Sentimentos positivos</i>
Não sou bom/boa no que faço	Sou bom no que faço
Não sou bonito/a	Sou bonito/a
Não sou capaz	Eu sou capaz
Não consigo	Eu consigo
Não gosto de mim	Gosto de mim
Não sei pedir ajuda	Sei pedir ajuda
Não sou feliz	Sou feliz
Não sou amado/a	Sou amado/a
Não sou admirado/a	Sou admirado
Sinto-me inferior aos outros	Não me sinto inferior aos outros
Não sei estudar	Sei estudar
Não vou ter boa nota	Vou ter boa nota
Não vou passar de ano	Vou passar de ano
Não vou ter sucesso	Vou ter sucesso
Não gostam de mim	Gostam de mim



Exemplos para treinar a resolução de problemas

- ★ Como se come uma sandes?
- ★ Como se prepara a mochila?
- ★ O que devemos fazer para preparar uma ida à piscina ou à praia?
- ★ Como se prepara os trabalhos de casa?
- ★ Prepara a prenda para o dia do aniversário?

Sessão 5: “Vamos organizar o estudo”

• Atividades:

★ “Vamos organizar o estudo”

• **Folha presenças:** Eu estive cá

• **Sugestão:** Sopa de letras

• **Avaliação atividades:** Eu avalio

Sessão 6: “Como tirar apontamentos e fazer esquemas”

• Atividades:

★ “Como tirar apontamentos e fazer esquemas”

• **Folha presenças:** Eu estive cá

• **Sugestão:** Notícia

• **Avaliação atividades:** Eu avalio

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
7:15	Acordar	Acordar	Acordar	Acordar	Acordar		
8:15	MAT	AE	PORT	MAT	CN		
9:00	MAT	AE	PORT	MAT	CN		
10:00	EF		CN	EF	ET	Acordar	Acordar
10:45	EF		ING	OC	ET		
11:45			HGP	AE	PORT		
12:30	Almoço	Almoço	HGP	Almoço	PORT	Almoço	Almoço
13:30	EM	MAT	Almoço		Almoço		
14:15	EM	MAT					
15:15	ING	PORT	Estudar	Estudar	AE/Estud	Estudar	*Estudar
16:00	ING	PORT	Estudar	Estudar	AE/Estud	Estudar	*Estudar
17:00	HGP	EV					
17:45	EMRC	EV	Natação		Natação		Mochila
19:00	Estudar	Estudar	Estudar	Estudar			
20:00	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar
21:00	Deitar	Deitar	Deitar	Deitar			Deitar
22:00					Deitar	Deitar	

🔵 Azul
Horário letivo

🟢 Verde
Atividades de lazer
Tempos livres

🔴 Vermelho
Estudo
Centros de estudo
Preparação da
mochila ou tarefas

⬛ Preto
Horas fixas
Refeições
Acordar
Levantar

O que registar

- ★ Selecionar o mais importante;
- ★ Próprias palavras ou por abreviaturas que possas compreender mais tarde;
- ★ Caso não tenhas conseguido apontar tudo, NÃO FAZ MAL, deixa um espaço em branco e continua a escrever, no final podes copiar dos apontamentos de um colega ou perguntas ao Professor;
- ★ O mais cedo possível, revê e completa os apontamentos com a ajuda de outros documentos, exemplo, livros.

DICAS SOBRE “COMO FAZER UM HORÁRIO”

1º Regista as aulas

2º Regista as atividades fora das aulas com horário fixo

3º Contempla 2h de estudo por dia

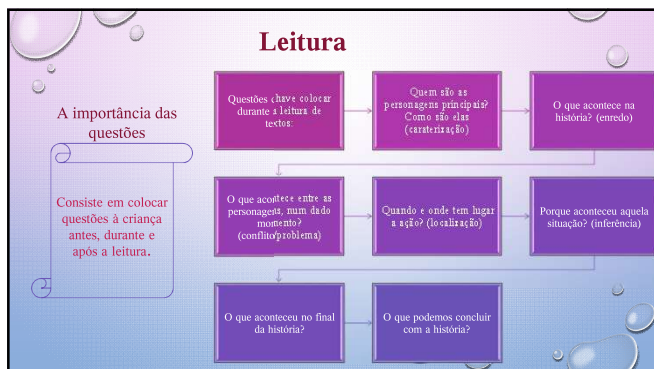
4º Divide o tempo pelas diferentes disciplinas

Tem em conta ainda...

- ★ Atividades básicas como comer e dormir
- ★ Deslocações
- ★ Compromissos pessoais

Nas aulas, as crianças devem estar atentas a:

- Ao tom de voz do Professor
- À repetição de ideias
- O que é escrito no quadro;
- O tempo que o Professor dedica a um determinado assunto;
- O que o professor dita no sumário da aula.
- Palavras ou frases que indicam que o Professor dá especial importância:
- ❖ “mais importante”
- ❖ “especialmente”
- ❖ “lembrem-se disso”
- ❖ “isto sairá no teste”

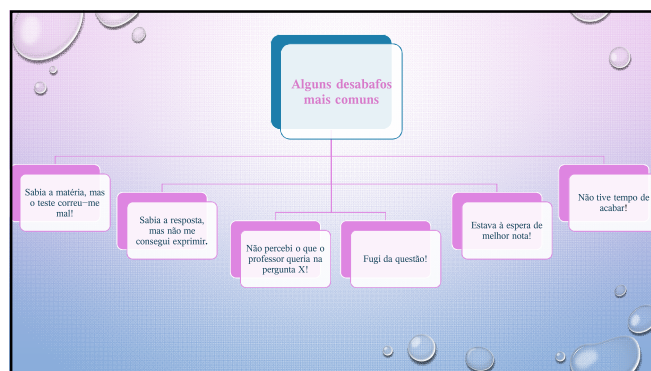


Sessão 7: "Como preparar testes"

Atividades:

- ★ "Como preparar os testes"
- Folha presenças: Eu estive cá
- Sugestão: Sopa de letras
- Avaliação atividades: Eu avalio

A	C	B	M	N	J	L	E	C	I	A	G	W	X	O	Q
Z	A	C	S	L	G	V	B	C	H	A	Q	W	X	T	J
E	V	O	T	I	V	A	C	A	O	R	U	I	O	F	L
B	N	M	H	J	L	C	X	R	S	G	T	V	J	A	B
L	N	I	F	H	T	A	V	I	A	O	J	X	D	A	M
K	X	R	G	R	W	X	B	Z	R	Y	U	I	I	A	R
M	F	A	H	J	D	T	M	A	I	U	I	T	C	E	R
E	S	T	U	D	A	R	A	A	O	E	B	D	I	H	K
X	D	K	V	B	J	M	T	G	I	A	E	L	O	J	S
E	G	S	S	A	U	L	R	A	E	I	O	U	N	A	O
R	H	R	E	L	D	O	R	M	I	R	I	O	A	M	O
C	J	U	O	I	A	R	I	R	A	M	A	Z	R	I	R
I	T	U	S	L	C	B	A	B	I	T	A	R	I	N	T
O	H	I	L	A	R	S	B	V	C	N	V	O	T	R	
C	I	P	G	V	E	V	C	D	E	F	L	O	E	D	C
O	Q	D	H	A	V	N	I	J	K	L	P	O	Y	T	R
E	N	E	R	G	I	A	E	T	I	O	L	P	U	I	Y



Apoie o seu filho na construção de esquemas:

☐ Defina as ideias principais.
 ☐ Defina as ideias secundárias que estão ligadas a cada uma delas.
 ☐ Escolha uma palavra ou frase curta que transmita cada uma dessas ideias.
 ☐ Escolha uma forma gráfica que contorne todas essas palavras-chave e mostre a relação entre elas.

Exemplos de esquemas

Esquema de chavetas

```

      graph LR
        A[ ] --- B[ ]
        A --- C[ ]
        A --- D[ ]
      
```

Esquema de setas

```

      graph LR
        A[ ] --> B[ ]
        A --> C[ ]
        A --> D[ ]
      
```

Esquema de rectângulos

```

      graph LR
        A[ ] --- B[ ]
        A --- C[ ]
        A --- D[ ]
      
```

Esquema misto

```

      graph LR
        A[ ] --- B[ ]
        A --> C[ ]
        A --- D[ ]
      
```

Esquema de subordinação

```

    graph TD
      A[ ] --- B[ ]
      A --- C[ ]
      A --- D[ ]
      A --- E[ ]
      A --- F[ ]
      A --- G[ ]
      A --- H[ ]
      A --- I[ ]
      A --- J[ ]
      A --- K[ ]
      A --- L[ ]
      A --- M[ ]
      A --- N[ ]
      A --- O[ ]
      A --- P[ ]
      A --- Q[ ]
      A --- R[ ]
      A --- S[ ]
      A --- T[ ]
      A --- U[ ]
      A --- V[ ]
      A --- W[ ]
      A --- X[ ]
      A --- Y[ ]
      A --- Z[ ]
  
```

Mapa de ideias

```

    graph TD
      A[ ] --- B[ ]
      A --- C[ ]
      A --- D[ ]
      A --- E[ ]
      A --- F[ ]
      A --- G[ ]
      A --- H[ ]
      A --- I[ ]
      A --- J[ ]
      A --- K[ ]
      A --- L[ ]
      A --- M[ ]
      A --- N[ ]
      A --- O[ ]
      A --- P[ ]
      A --- Q[ ]
      A --- R[ ]
      A --- S[ ]
      A --- T[ ]
      A --- U[ ]
      A --- V[ ]
      A --- W[ ]
      A --- X[ ]
      A --- Y[ ]
      A --- Z[ ]
  
```

Vantagens dos esquemas:

☐ Para fazerem um bom esquema, tem de ter compreendido bem toda a matéria.
 ☐ Permite apresentar muita matéria e relacioná-la, facilitando as revisões.
 ☐ Mostram a relação lógica e hierárquica entre as várias ideias.
 ☐ Dão uma imagem visual da matéria e da sua organização.

O seu filho....

☐ Planifica o estudo dividindo a matéria em vários dias ou estuda, sobretudo, na véspera?

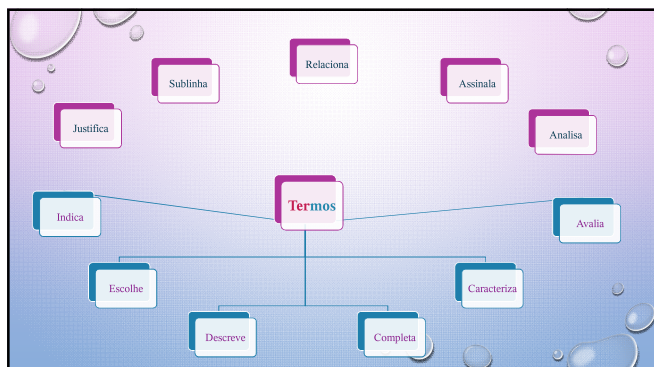
☐ Estuda só pelo manual ou prepara-se com recurso a apontamentos?

☐ Quando recebe o enunciado, refere que fica nervoso a ponto de ter dificuldades de concentração?

☐ Sente dificuldade em organizar as ideias quando escreve as respostas?

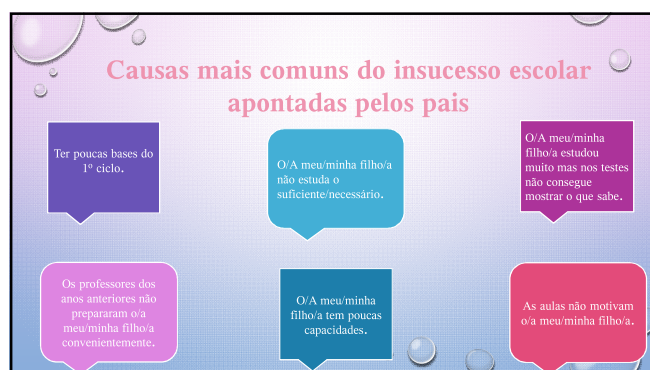
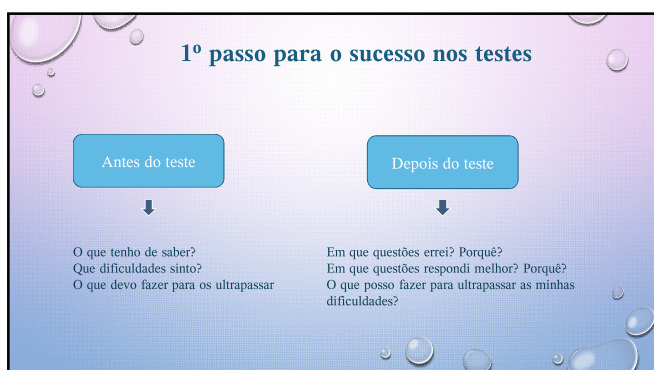
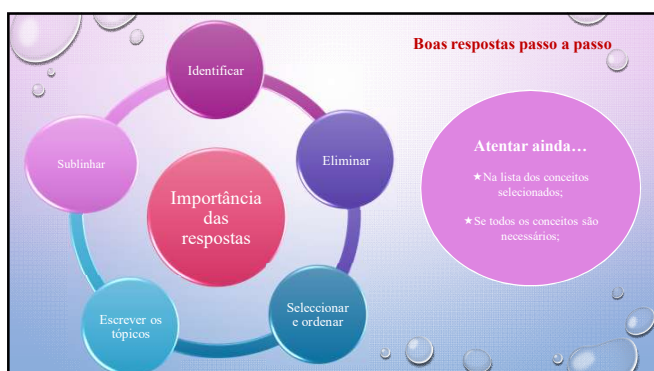
☐ É frequente não entender porque teve determinada nota?

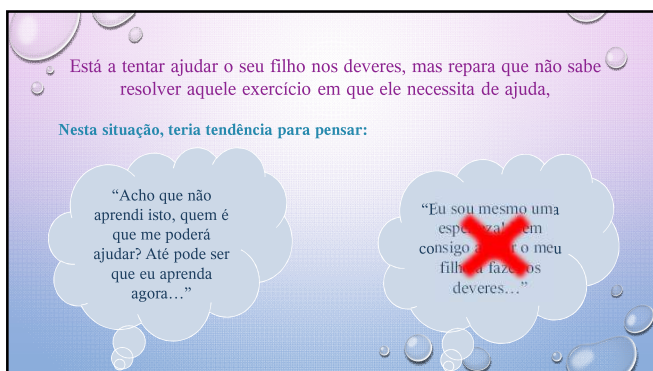
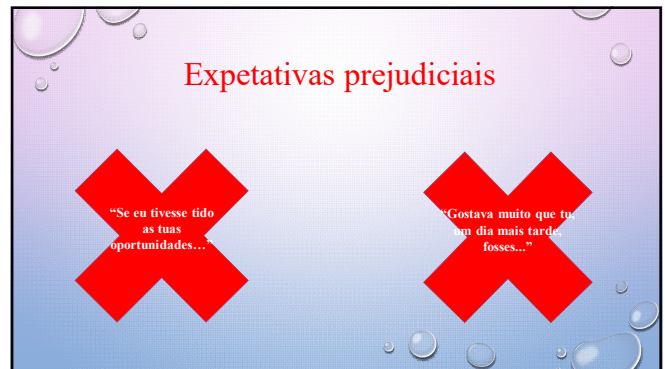
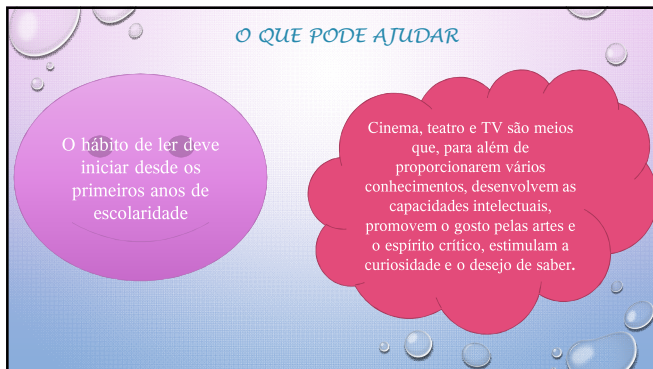
Ajuda-o?



Sessão 8: "A minha participação foi excelente, parabéns!"

- **Atividades:**
 - ★ "Relaxamento"
 - ☆ "A minha participação foi excelente!"
 - ★ "Avalio os meus conhecimentos"
- **Folha presenças:** Eu estive cá
- **Avaliação atividades:** Eu avalio





Apoiar os filhos em casa



O trabalho que o aluno desenvolve em casa é fundamental para que a aprendizagem possa ser realizada de forma organizada.

Caso o estudo não seja realizado de forma organizada as horas passam, e no fim do dia, sentem que não há rendimento porque não atingiram os objetivos pretendidos.

Condições psicológicas

Relações afetivas

- Crise familiar
- Zanga com um amigo
- Problemas com algum professor

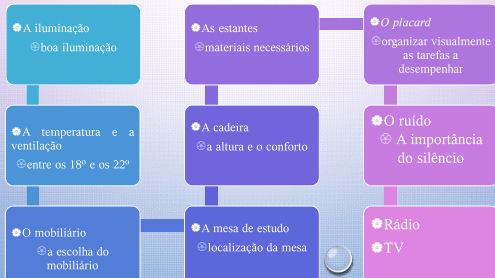
NÃO DESVALORIZAR

Stress

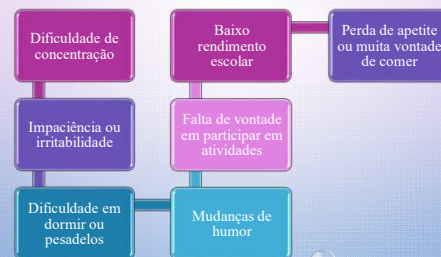
- Dificuldades de concentração
- Impaciência e irritabilidade
- Dificuldade em dormir
- Pesadelos frequentes
- Baixa no rendimento escolar
- Falta de vontade em desenvolver qualquer atividade
- Mudanças repentinas de humor
- Perda de apetite ou grande vontade de comer

Condições de trabalho em casa

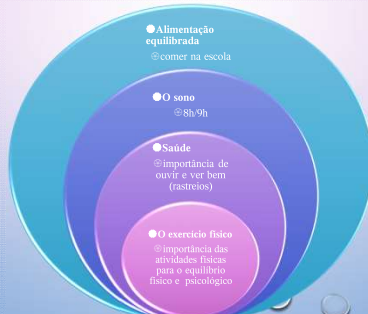
Todo o ambiente que envolve o aluno influencia o seu trabalho



Sintomas de ansiedade

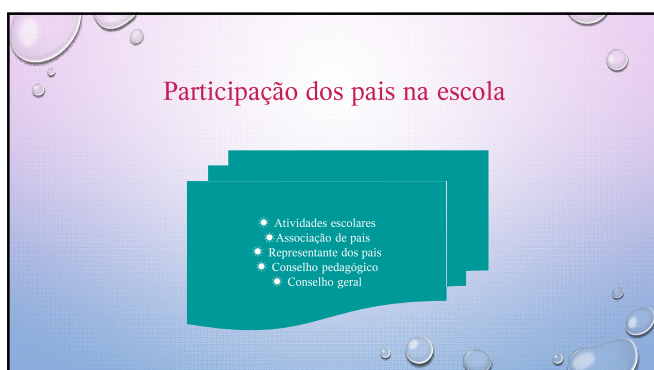
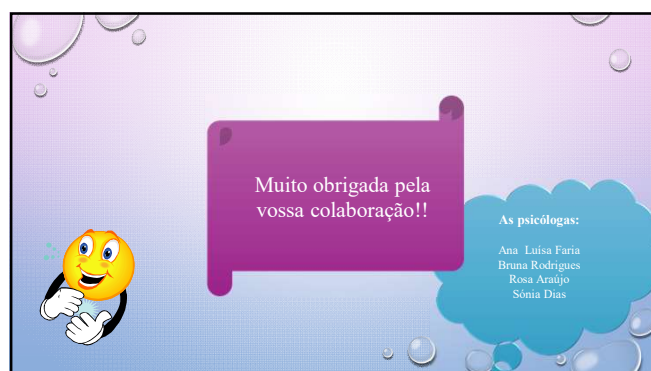
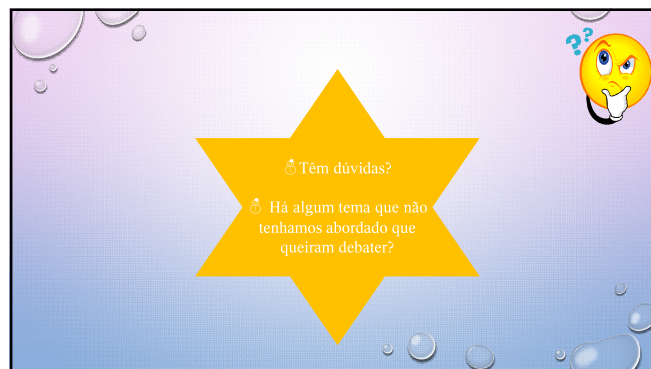
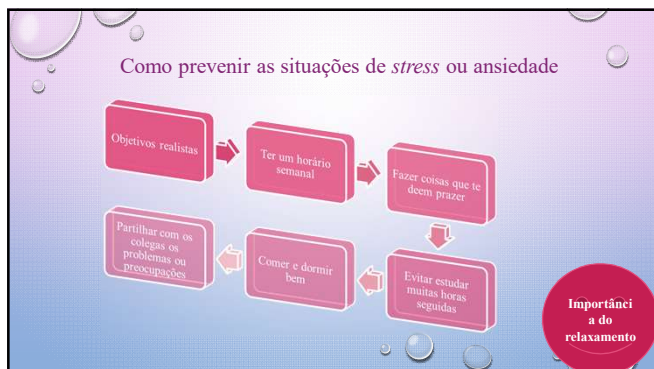


Condições físicas



Ansiedade na véspera dos testes







A minha opinião da Ação Formação

- Com esta grelha de análise pretende-se conhecer a sua opinião, enquanto participante na Ação de Formação *Família+perto, caminhando para o sucesso!*
- Responda às questões enunciadas nos quadros abaixo com uma cruz (x) e às restantes da forma mais completa possível. A sua opinião é muito importante para nos ajudar a melhorar ações realizadas futuramente. Desde já agradecemos a sua atenção.

1) Na sua opinião, a primeira sessão da ação de formação correspondeu às suas expectativas?

Sim ☐ Não ☐ Em parte ☐

Justifique, por favor:

2) No seu entender, a primeira sessão decorreu de forma organizada?

Sim ☐ Não ☐ Em parte ☐

Justifique, por favor:



3) Classifique os itens abaixo listados em relação às Psicólogas (dinamizadoras da sessão):

	Muito Bom	Bom	Suficiente	Insuficiente
Adaptação dos temas abordados na sessão às necessidades dos participantes				
Domínio relativamente às temáticas tratadas				
Disponibilização de material com informações pertinentes				
Esclarecimento de dúvidas/questões levantadas				
Motivação				
Comunicação				
Interação com os participantes				

4) Na sua opinião, como poderia ser melhorada esta sessão?



Muito obrigado pela sua colaboração!

As psicólogas,

Ana Luísa Faria
Bruna Rodrigues
Rosa Araújo
Sónia Dias



Família+perto caminhando para o sucesso!”

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar





Família+perto caminhando para o sucesso!"



Email: familiamaisperto@outlook.com

Passewold: família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

familiamaisperto@outlook.com

família+perto

[illegible]



“Família+perto caminhando para o sucesso!”



Certificado de Participação

Certifica-se que _____,
encarregado/a de educação, do/a aluno/a _____,
participou na primeira sessão da Ação de Formação *Família + parte caminhando para o sucesso!*, que decorreu na Biblioteca da Escola Básica 2, 3 Frei Caetano Brandão, no dia 4 de Dezembro de 2014, desenvolvido pelo Gabinete de Mediação e Orientação Escolar.

As psicólogas:

AEMaximinos, ____ de ____ de 2014.

Ajude o seu filho em casa. Como?

Caso o estudo não seja realizado de forma organizada as horas passam, e no fim do dia, sentem que não há rendimento porque não atingiram os objetivos pretendidos.

Condições de trabalho em casa:

- Boa iluminação
- Materiais necessários ao estudo
- Cadeira confortável
- Silêncio
- Mesa de estudo
- Mobiliário adequado

Continuando aprender...

Não desvalorize :

- Uma alimentação saudável
- Sono
- Exercício físico
- Saúde
- A ansiedade e stress
- A importância da relação pais-escola;
- As atividades escolares do seu filho

Há algum tema que não tenhamos abordado que queiram debater ?

Não se preocupe...!



Procure-nos no Gabinete de Mediação Escolar da AEMaximinos

.....

**AEMaximinos**



***“Familia+perto,
caminhando
para o sucesso!”***

2 Parte-

.....

**AÇÃO DE
FORMAÇÃO**

Ano Letivo 2014/2015

Ajudar os filhos nos estudos

Os pais têm um papel muito importante no desenvolvimento das competências dos filhos, podendo colaborar com professores no desenvolvimento de boas práticas de estudo.

Causas mais comuns do insucesso escolar apontadas pelos pais:

- Ter poucas bases do 1º ciclo
- Os professores dos anos anteriores não prepararam o/a meu/minha filho/a convenientemente
- O meu filho(a) não estuda o necessário.

.....

Como motivar o seu filho para a escola?

- Reconhecer o esforço despendido pelos filhos na escola
- Incentivar os filhos a continuar a empenhar-se nas tarefas escolares
- Elogiar os resultados positivos e/ou o esforço para os obter



O estímulo, a motivação e o reconhecimento do trabalho são essenciais para um bom aproveitamento escolar e para uma elevada autoestima

Es-
tratégias para compreender os maus resultados:

- Procure que ele reflita sobre

o que falhou;

- Uma atitude de compreensão e apoio;
- Sugira que ele fale com o professor da disciplina.



Se o resultado derivar da falta de trabalho, ao invés de ralar no imediato, tente esperar pelo momento mais oportuno, para com calma, dialogar com o seu filho.

Email: familiamaisperto@outlook.com

Password: familia+perto

GMOE

Sónia Dias
Ana Faria
Bruna Rodrigues
Rosa Araújo





A minha opinião da Ação Formação

- Com esta grelha de análise pretende-se conhecer a sua opinião, enquanto participante na Ação de Formação *Família+perto, caminhando para o sucesso!*
- Responda às questões enunciadas nos quadros abaixo com uma cruz (x) e às restantes da forma mais completa possível. A sua opinião é muito importante para nos ajudar a melhorar ações realizadas futuramente. Desde já agradecemos a sua atenção.

1) Na sua opinião, a segunda sessão da ação de formação correspondeu às suas expectativas?

Sim ☐ Não ☐ Em parte ☐

Justifique, por favor:

2) No seu entender, a segunda sessão decorreu de forma organizada?

Sim ☐ Não ☐ Em parte ☐

Justifique, por favor:



3) Classifique os itens abaixo listados em relação às Psicólogas (dinamizadoras da sessão):

	Muito Bom	Bom	Suficiente	Insuficiente
Adaptação dos temas abordados na sessão às necessidades dos participantes				
Domínio relativamente às temáticas tratadas				
Disponibilização de material com informações pertinentes				
Esclarecimento de dúvidas/questões levantadas				
Motivação				
Comunicação				
Interação com os participantes				

4) Na sua opinião, como poderia ser melhorada esta sessão?

5) Considera que a Ação de Formação *Família+perto caminhando para o sucesso* pode contribuir para um melhor funcionamento da sua dinâmica familiar, nomeadamente, reforçar positivamente a sua relação com o/s seu/s educando/s?

Sim ☐ Não ☐ Em parte ☐

Justifique, por favor:



6) Na sua opinião, como poderia ser melhorada esta Ação de Formação?

7) Que outras Ações de Formação gostaria que fossem implementadas no Agrupamento de Escolas de Maximinos? Por favor, justifique a sua resposta.



Muito obrigado pela sua colaboração!

As psicólogas,

Ana Luísa Faria
Bruna Rodrigues
Rosa Araújo
Sónia Dias



“Família+perto caminhando para o sucesso!”



Certificado de Participação

Certifica-se que _____,
encarregado/a de educação, do/a aluno/a _____,
participou na segunda sessão da Ação de Formação *Família + perto caminhando para o sucesso!*, que decorreu na Biblioteca da Escola Básica 2, 3 Frei Caetano Brandão, no dia 8 de janeiro de 2015, desenvolvido pelo Gabinete de Mediação e Orientação Escolar.

As psicólogas:

AEMaximinos, ____ de ____ de 2015.



“Família+perto caminhando para o sucesso!”



Certificado de Participação

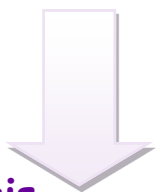
Certifica-se que _____,
encarregado/a de educação, do/a aluno/a _____,
participou na Ação de Formação _____,
que decorreu na Biblioteca da Escola Básica 2, 3 Frei Caetano Brandão, nos dias 4 de Dezembro de 2014 e 8 de Janeiro de 2015, desenvolvido pelo Gabinete de Mediação e Orientação Escolar.

As psicólogas:

AEMaximinos, ____ de ____ de 2015.

É importante:

- ⇒ aprendizagem de regras sociais;
- ⇒ resolução de problemas;
- ⇒ tolerância à frustração;



essenciais para a
integração social da
criança

Neste sentido:

- O papel dos pais nesta aprendizagem é fundamental

Há algum tema que não
tenhamos abordado que
queiram debater ?
Não se preocupe...!



Procure-nos no Gabinete
de Mediação Escolar da
AEMaximinos

AE Maximinos



*Familia+perto,
caminhando para o
sucesso!"
1 Parte*

AÇÃO DE FORMAÇÃO

GMOE
AE Maximinos

Ano Letivo 2014/2015

Educação Parental

"Ultimamente, a professora tem elogiado muito o comportamento do/a seu/a filho/a na escola. Diz-lhe que caso ele/a continue assim, vai conseguir ter uma avaliação muito positiva..."

- O que faz?
- O que diz?
- O que sente?

Estilos Parentais

❖ Descrevem as maneiras como os pais através de um conjunto de atitudes influenciam, ensinam e controlam os/as filhos/as.

Tipos de estilos parentais:

- **Autoritário:** Impõem muitas regras, sem respeitar as necessidades e opiniões da criança e sem lhe permitir qualquer liberdade de expressão; é característico de pessoas agressivas.
- **Permissivo:** Sente dificuldade em dizer não e em ser firme, permitindo que a criança lhe faça exigências; Tenta a todo o custo evitar o conflito
- **Negligente:** Priva a criança das necessidades básicas ao seu desenvolvimento
- **Democrático:** Está associado a pessoas que exprimem as suas ideias e opiniões, de forma serena e construtiva, respeitando sempre os outros.

Expresse aprovação ao seu filho através de:

1) Sinais não-verbais:

- Abraço
- Sorrir
- Beijar levemente
- Piscar-lhe o olho

2) Sinais verbais:

- "Eu gosto quando tu..."
- "É bom quando..."
- "Boa!"
- "Que giro!"
- "Ena, pareces tão crescido quando..."
- "UAH...!"

Email: familiamaisperto@outlook.com

Password: familia+perto

AE Maximinos

As psicólogas:

Sónia Dias
Ana Luísa Faria
Bruna Rodrigues
Rosa Araújo



Família+perce caminhando para o sucesso!"

GMOE

Guia de Relaxamento

"A viagem...!"

O objectivo das técnicas de relaxamento é ensinar a pessoa a controlar a respiração, associando esta á diminuição da tensão muscular. Esta aprendizagem possibilita o seu uso posterior diante de situações de dificuldade que poderão surgir ao longo da sua vida bem como uma estratégia de recurso face a ansiedade sentida nesses momentos.

- ☀ Prepare-se para fazer o relaxamento. Procure encontrar uma posição confortável, sentado na cadeira, que lhe permita sentir-se relaxado.
- ☀ Está bem assim?
- ☀ Procure fechar os olhos e não os abra até eu dizer!



“A Minha Viagem...!”

1. Imagina um dia com vento e nuvens e possibilidade de chover. Lá fora, as aves voam alegremente, soltas. O sol esconde-se por detrás das nuvens. Tudo sugere em si uma sensação de tranquilidade.
2. Veja nesse dia, a possibilidade de fazer um passeio por um parque, ao ar livre, e que lhe seja familiar, tranquilo e que lhe seja agradável.
3. Agora imagina-se nesse local que escolheu e procure um sítio que lhe traga serenidade e sente-se confortavelmente.
4. Aproveite e faça um alongamento. Pouse os pés confortavelmente e repouse. Respire fundo e sinta o ar que bate no seu rosto, muito suavemente. Ouça o movimento das árvores, do som do vento a puxar a chuva. Relaxe. Tudo é harmonia.
5. Imagine agora que o céu aos poucos vai escurecendo. Traz consigo uma chuva fina, morna. Começou agora a sentir os primeiros pingos de chuva a cair-lhe no rosto, nas pequenas folhas das árvores, o barulho da chuva no chão, o cheiro a terra molhada. Tudo é suavidade e harmonia. Sinta agora a humidade, deixada pela chuva morna, que lhe refresca os pensamentos.
6. Imagine agora que se levanta, ainda com os pingos da chuva a cair-lhe no rosto, e vai passear pelo meio do parque, por entre as árvores, os arbustos, e sinta o cheiro da chuva deixado nas plantas, o ambiente que ficou depois de começar a chover. Relaxe. Pense no tipo de sensação, sentimentos que os pingos da chuva deixaram em si.



Família+perce caminhando para o sucesso!"

GMOE

7. Faça um registo imaginário do que está a absorver, as cores das plantas, das árvores, os sons que está a ouvir, o ruído dos pássaros, o cheiro da terra molhada. E relaxe.
8. Deixe, agora, lentamente o seu corpo experienciar cada detalhe, permitindo que todos os sentimentos positivos tomem conta de si, proporcionando-lhe um equilíbrio harmonioso. Vá-se preparando para voltar.
9. Imagine que está a caminhar de volta. Comece a sentir o seu corpo relado na cadeira. Contraia e descontraia os dedos das mãos, dos pés. Relaxe.
10. Contraia e descontraia os músculos dos braços. Relaxe.
11. Contraia e descontraia os músculos das pernas. Relaxe.
12. Contraia e descontraia todo o seu corpo.
13. Agora, solte o seu corpo bem devagar, muito devagar á medida que vai despertando.
14. Volte mais tranquilo e optimista, revigorado, sem dificuldades para enfrentar o seu dia-a-dia.
15. Muito lentamente pode abrir os olhos e espreguiçar-se se assim lhe apetecer!
16. Muito obrigada!😊



Família+perto caminhando para o sucesso!”

Grelha de Avaliação da Ação de Formação

____ª Sessão

Data: ____/____/____

O que foi planeado para a ação de formação foi desenvolvido? Se não, porquê?	Os principais obstáculos/dificuldades que senti foram:	Possíveis alternativas para superar as dificuldades:	Aspetos a melhorar:	Relativamente à adesão da população-alvo destaca-se:	Relativamente à participação da população-alvo na ação formação destaca-se:
Aspeto a Salientar:			Balanço da Ação Formação:		

Ação de Formação

“Família+perto caminhando para o sucesso!”



Ação de formação realizada
no âmbito do Estágio Curricular,
na Universidade Católica Portuguesa.

Ano Letivo 2014/2015

Estagiárias

Ana Luísa Faria

Bruna Filipa Rodrigues

Rosa Maria Araújo

Sob a orientação de:

Dra. Sónia Dias

Sob a supervisão de:

Prof.^a Doutora Ângela Azevedo

Braga, Janeiro de 2015



Índice

Fundamentação teórica	3
Ficha técnica do programa	5
Público-alvo	5
Objetivos gerais	5
Intervenientes	5
Início e fim do programa	6
Apresentação das sessões	7
Dia 1 - Sessão 1	7
Dia 2 - Sessão 2	10
Referências Bibliográficas	12
Anexos	13
Anexo 1 - Carta de divulgação da ação de formação	14
Anexo 2 – Ficha de inscrição	15
Sessão 1	
Anexo 1.1 – Novelo de lã	17
Anexo 1.2 – <i>Power Point</i> “Vou ajudar o meu filho a estudar”	18
Anexo 1.3 - Folha de avaliação da sessão	24
Sessão 2	
Anexo 2.1 – <i>Power Point</i> “Educação Parental: o que devo ou não fazer?”	25
Anexo 2.2 – Relaxamento	31
Anexo 2.3 - Folha de avaliação da sessão	32



Fundamentação teórica

A família é, seguramente, a primeira unidade social onde o indivíduo se insere e a primeira instituição que contribui para o seu desenvolvimento, para a sua socialização bem como para a formação da sua personalidade.

Assim sendo, a família constitui-se, um dos primeiros ambientes de socialização dos indivíduos, ela influencia positivamente ou negativamente o comportamento das crianças, pois, é através dela que as crianças aprendem as diferentes formas de existir, de se posicionar nos vários contextos onde está inserida, os valores e construir as suas relações sociais (Dessen & Polonia, 2007). Neste sentido, Reis (2008) acrescenta que a família é um dos mais importantes grupos de aprendizagem e assimilação de conhecimentos. Será, então, em contexto familiar onde a criança deverá adquirir competências para lidar e resolver conflitos, controlar e expressar as várias emoções (Wagner, Ribeiro, Arteché & Bronholdt, 1999).

O contexto familiar é assim focalizado como uma fonte de suporte para a transição. Uma relação familiar positiva entre pais e filhos, práticas educativas assertivas e o acesso a atividades enriquecedoras têm sido associados ao sucesso dos alunos durante o seu percurso escolar (Trivellato-Ferreira & Marturano, 2008).

O modelo ecológico de Bronfenbrenner (1994) contempla na transição vários pontos fundamentais, sendo que a criança é o foco central dessa transição. Os restantes intervenientes são a família, os professores, os pares, e a comunidade. Desta forma, este modelo assenta na interação que ocorre entre todos os intervenientes uma vez que todos eles influenciam e são influenciados, necessariamente, na transição (Monteiro, 2012). Seguindo este mesmo modelo, o Modelo Ecológico e Dinâmico da Transição (Rimm-Kaufman & Pianta, 2000; cit in Monteiro, 2012), contempla que os pais e professores são agentes importantes que se encontram em constante interação com a criança durante todo o processo de transição.

Entende-se, assim, que o desenvolvimento da criança é fortemente influenciado pelos dois principais contextos em que esta cresce e, conseqüentemente se desenvolve – estamos a falar da família e da escola. Desta forma é importante que os dois grupos se



consciencializem de que é necessário o existir um trabalho em comum, desenvolvido adequadamente, e que, conduza, necessariamente, a resultados positivos quer para a família, quer para os professores e principalmente para os alunos (Cleto & Costa, 2000).

Muitas vezes as famílias não estão preparadas para exercer a responsabilidade de educar uma criança. Assim, esta deverá ser incutida a todos os membros da família que convivem com a criança, nomeadamente, os pais, irmãos mais velhos e outros familiares (Reis, 2008). Neste sentido, Nunes (2003) evidencia que um ambiente em que os pais passam mais tempo com os filhos, falem com eles, discutam os problemas da escola e dos trabalhos de casa e lhes transmitam expetativas positivas, aumenta as ligações emocionais e a confiança entre ambos.

Lighfoot (1987; cit in Monteiro, 2012) é bastante convincente quando atribui à família um papel muito importante dizendo: “ Se nós reconhecermos que cabe à família o primeiro papel na educação das crianças, então a escola terá de incorporar no currículo os valores e as culturas das famílias e das comunidades”.

Parece urgente que, para promover o sucesso escolar, a escola e a comunidade se envolvam em esforços no sentido de reconhecer e valorizar o poder educativo dos pais, recorrendo a estratégias, de acordo com a realidade escolar e familiar (Correia e Pinto, 2008). Cabe então, à escola, aos professores e aos técnicos, desenvolver estratégias no sentido de aumentar o envolvimento individual de todos os pais, no dia-a-dia da vida escolar dos seus filhos. Esse envolvimento implica, segundo Wang *et al.* (1993), apoiar o trabalho de casa, controlar o visionamento da televisão, ler histórias às crianças, dar-lhes afeto, dialogar e exprimir as suas expectativas relativamente ao sucesso escolar (Reis, 2008).

No que concerne aos desafios e problemas que as famílias podem apresentar perante algumas situações e/ou formas mais desadequadas para lidar com todos os dilemas que vão surgindo, sendo que muitas delas não podem socorrer-se a uma rede de apoio particular para colmatar as várias lacunas, quer as instituições de escolas públicas quer as instituições de escolas privadas, têm um papel importante no desenvolvimento de programas de educação familiar (Dessen & Pereira-Silva, 2004).



Ficha técnica da Ação de formação

Público-alvo

Esta ação de formação destina-se aos encarregados de educação/pais de alunos que se encontram a frequentar o 5º ano de escolaridade da Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão pertencente ao Agrupamento de Escolas de Maximinos, em Braga.

A escolha dos intervenientes deve-se ao facto do programa ter, acima de tudo, um carácter preventivo bem como incitar os pais a estarem cada vez mais presentes na vida escolar dos seus filhos. A divulgação do programa será feita por carta (anexo 1), entregue pelos próprios alunos do 5º ano aos seus pais/encarregados de educação. A carta contará em anexo com uma ficha de inscrição (anexo 2), para que os pais/encarregados de educação se inscrevam para a participação na ação de formação.

Objetivos gerais

- ☼ Sensibilizar os pais da importância da relação que estabelecem com os filhos para a transição escolar;
- ☼ Refletir acerca do envolvimento parental na escola;
- ☼ Facilitar o conhecimento dos diferentes estilos/práticas parentais;
- ☼ Fomentar a pertinência do envolvimento parental na escola;
- ☼ Estabelecer com as famílias uma relação de parceria na procura de rotinas e hábitos saudáveis, mostrando a importância do incentivo em casa.

Objetivos específicos

- ☼ Fomentar a importância das competências de comunicação e de interação com os filhos;
- ☼ Facilitar as estratégias de interação pais e filhos;
- ☼ Facilitar o conhecimento das emoções negativas e promover as positivas e negativas;
- ☼ Facilitar estratégias de autocontrolo;

“Família + perto, caminhando para o sucesso!”



Intervenientes

Ainda que o desejável sejam grupos de aproximadamente 15 elementos, cada grupo será constituído pelo número de elementos que comparecerem às sessões, uma vez que prevemos que o número de inscrições efetuadas não corresponderá ao número de pais/encarregados de educação que comparecerão às sessões. A ação de formação estará encarregue às Psicólogas estagiárias, Ana Luísa Faria, Bruna Filipa Rodrigues e Rosa Maria Araújo e à Psicóloga do Agrupamento de Escolas de Maximinos, Dr^a. Sónia Dias.

Início e fim da ação de formação

A realização desta ação de formação terá lugar na Biblioteca da Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão, no dia 4 de dezembro de 2014 e a outra data não ficou á definida e, consequentemente divulgada aos intervenientes por carta, como já foi referido. Para a concretização da ação de formação estão previstas 2 sessões, que serão realizadas semanalmente, cujo dia será escolhido de acordo com o horário e a disponibilidade dos Encarregados de Educação e Pais dos nossos alunos.

Cada sessão terá uma duração aproximada de 60 minutos. A ação tem início em 4 de dezembro de 2014 e término no mês de junho de 2015.

“Família + perto, caminhando para o sucesso!”



Apresentação das sessões

Dia 1

1ª Sessão - “Vou ajudar o meu filho a estudar!”

Objetivos específicos:

- ☼ Promover o conhecimento entre as psicólogas e os Pais/Encarregados de Educação;
- ☼ Promover o envolvimento dos participantes na ação de formação;
- ☼ Apresentação da ação de formação;
- ☼ Explorar os conteúdos e os objetivos da ação de formação;
- ☼ Estimular o diálogo e a comunicação entre os intervenientes;
- ☼ Promover a autorregulação;
- ☼ Promover a motivação extrínseca.

Duração da sessão: 60 minutos

Início da sessão: 18H30

Intervenientes:

- ☼ Psicólogas
- ☼ Pais/encarregados de educação dos alunos do 5º ano escolaridade

Materiais necessários:

- ☼ Novelo de lã (anexo 1.2)
- ☼ *Power Point* (anexo 1.2)
- ☼ Projetor
- ☼ Folha de avaliação da sessão “Eu avalio” (anexo 1.3)

Identificação das atividades:

- 1ª Atividade: “Novelo de lã”
- 2ª Atividade: “O que posso eu fazer?”



Descrição das atividades:

Inicia-se a sessão dando as boas vindas a todos os participantes da ação de formação “Família+perto, caminhando para o sucesso!”. De seguida, as psicólogas começam por se apresentar, com recurso a um novelo de lã (anexo 1.1). A primeira pessoa que se apresentar, fica com a ponta do novelo na mão e atira o novelo a um outro elemento do grupo e assim sucessivamente. À medida que os pais se vão apresentando, vão ficando com o fio do novelo na mão, de modo a que todos, pais e psicólogas, fiquem unidos pelo fio do novelo, formando uma teia.

O primeiro pai/mãe que ficar com o fio, deve dizer:

- ✿ o seu nome
- ✿ o nome do filho
- ✿ de que forma ajuda o filho a estudar
- ✿ se faz com ele os TPC
- ✿ se sabe quando ele tem testes
- ✿ se o questiona antes dos testes
- ✿ se tem um horário de estudo
- ✿ se tem condições de trabalho.

E assim sucessivamente, até que o novelo volte enrolado à mão de uma das psicólogas. As questões estarão contempladas no *Power Point*, para facilitar as partilhas. No final desta atividade, será refletida a importância da colaboração dos pais ao longo do programa, usando a metáfora da teia.

Após uma breve apresentação do índice da ação de formação, inicia-se a segunda atividade “*O que posso eu fazer?*” (anexo 1.2). Esta tem como principal objetivo dar a conhecer a todos os intervenientes um conjunto de conceitos e estratégias que irão ser abordados e desmistificados ao longo deste primeiro dia na presente ação de formação. Assim, será realizada uma pequena introdução ao tema, abordando várias temáticas relativas à importância do papel dos pais nas práticas de estudo dos filhos, fazendo, necessariamente, referência aos fatores subjacentes mais comuns apontadas pelos pais acerca do insucesso escolar dos seus filhos. Esta atividade será expositiva,

“Família + perto, caminhando para o sucesso!”



embora contemple momentos em que será solicitada a colaboração direta dos Pais/encarregados de educação.

Neste sentido, será ressaltado também a importância da cultura na aprendizagem das crianças, uma vez que o simples ato de ler um livro, ir ao cinema, teatro, ver um programa de TV de caráter informativo, torna-se num importante facilitador de novas aprendizagens, constituindo-se, assim, meios imprescindíveis ao aprendizado de novos conhecimentos, desenvolvendo assim as capacidades intelectuais, promovendo o gosto pelas artes e espírito crítico, bem como suscitar neles o desejo de querer aprender cada vez mais.

Em consonância, será apresentado um conjunto de “frases perigosas” bem como um conjunto de expectativas prejudiciais que os pais possam dizer aos filhos e que poderão, em certas situações, afetar o estudo do filho, o seu sucesso escolar ou a autoestima. Serão também apresentadas estratégias a utilizar para conseguir motivar o seu filho para a escola e, nomeadamente para combater os maus resultados advindos da desmotivação escolar. O estímulo e a motivação bem como o reconhecimento do trabalho feito por eles constituem fortes preditores de sucesso escolar e de uma elevada autoestima. Apoiando os filhos em casa, dando-lhes o apoio fundamental para rentabilizarem todo o tempo que dispõem, constitui-se um ponto fundamental para que a aprendizagem seja realizada da melhor forma.

Para que tal suceda, apresentaremos nesta comunicação, um conjunto de condições de trabalho em casa, que sejam as mais propícias, possibilitando, assim ao aluno condições favoráveis ao seu estudo. Desta forma, deve proporcionar-se às crianças a melhor comodidade possível no seu lugar de estudo. Far-se-á ainda referência à importância da relação pais-escola, sendo crucial a importância de uma boa comunicação com o diretor de turma, bem como a participação destes na vida escolar dos seus filhos, participando nas atividades escolares.

Por fim, será ainda realizada uma avaliação (anexo 1.3) relativa a todas as atividades desta sessão, a fim de perceber o que correu bem e o que correu menos bem.

“Família + perto, caminhando para o sucesso!”



Tarefa inter sessão: Como forma de aprofundar bem como pôr em prática todos os conhecimentos obtidos nesta sessão, será informado a todos os Pais e Encarregados de Educação que foi criado um ***E-mail***, ao qual todos poderão ter acesso através de uma *password* em comum, no sentido de poderem expor todas as dúvidas sentidas enquanto educadores que serão respondidas pelas psicólogas ao longo do decurso do programa.

Término da sessão: 20H

“Família + perto, caminhando para o sucesso!”



Dia 2

2ª Sessão – “Educação parental: o que devo ou não fazer”

Objetivos gerais:

- ✿ Promover o envolvimento dos participantes na ação de formação;
- ✿ Explorar os conteúdos e os objetivos desta sessão da ação de formação;
- ✿ Fomentar a pertinência do envolvimento parental na escola;
- ✿ Promover competências parentais;
- ✿ Facilitar o conhecimento das diferentes práticas parentais.

Objetivos específicos:

- ✿ Dotar os pais de conhecimentos acerca das competências parentais para com os seus filhos;
- ✿ Desenvolver a importância do papel dos pais no envolvimento da vida escolar dos filhos.

Duração da sessão: 60 minutos

Início da sessão: 18H30

Intervenientes:

- ✿ Psicólogas
- ✿ Pais/encarregados de educação dos alunos do 5º ano escolaridade

Materiais necessários:

- ✿ *Power Point* (anexo 2.1)
- ✿ Relaxamento (anexo 2.2)
- ✿ Projetor
- ✿ Folha de avaliação da sessão “Eu avalio” (anexo 2.3)

Identificação das atividades:

1ª Atividade: “Sou o pai/mãe que sempre quis?”

“Família + perto, caminhando para o sucesso!”



2ª Atividade: Relaxamento

Descrição das atividades:

A sessão inicia tentando perceber se os Pais/encarregados de educação conseguiram pôr em prática alguns dos conhecimentos adquiridos na sessão anterior e fazendo um balanço sobre a utilização do E-mail, focando as questões mais realizadas.

Neste seguimento, daremos início à primeira atividade: “Sou o pai/mãe que sempre quis?” (anexo 2.1). Esta tem como principal objetivo dar a conhecer a todos os intervenientes um conjunto de conceitos ligados às práticas parentais que se revestem de enorme importância quando se trata do ato de educar. Assim, será feita uma pequena apresentação dos conteúdos a abordar e tentar desmistificar alguns conceitos ao longo deste segundo dia de ação de formação.

Serão então abordados os vários estilos parentais existentes, bem como as consequências destes nas crianças e na sua aprendizagem. Será ainda apresentado um exemplo prático a fim de perceber o que os pais fariam em determinadas situações, sendo que lhes será questionado qual a sua reação perante a situação, o que sentem, o que dizem. A referenciar que todas as práticas parentais que os pais exercem nos seus filhos são essenciais para o alcance de objetivos e integração social do aluno.

Finalmente, na terceira atividade será realizado com os Pais/encarregados de educação uma sessão de relaxamento (anexo 2.2), com o objetivo de lhes fornecer estratégias para controlar a ansiedade, o *stress* e a angústia sentida pelo papel de educadores que desempenham junto dos filhos, sendo estes, alguns dos fatores mais sentidos pelos pais.

No final da sessão, será novamente entregue a folha de avaliação (anexo 2.3) relativa a todas as atividades da segunda sessão, com o principal intuito de perceber os aspetos mais e menos positivos da mesma.

Em jeito de conclusão, será demonstrado por parte das estagiárias, o interesse na opinião de todos os pais/encarregados de educação sobre a ação de formação, quer positiva ou não, das duas sessões e ainda tentarmos perceber quais os conteúdos que lhes suscitaram mais interesse, como se sentiram no decorrer da ação de formação, o que poderia ser melhorado, entre outras coisas.

“Família + perto, caminhando para o sucesso!”



Finalmente, será ainda realçado que qualquer dúvida ou dificuldade que os pais/encarregados de educação sintam, tendo sido um tema abordado nas sessões ou não, poderão sempre entrar em contacto com o Gabinete de Mediação e Orientação

Escolar do Agrupamento de Maximinos, para conversar com qualquer uma das estagiárias ou com a Dr^a Sónia, para poder encontrar estratégias de ajuda no problema/dificuldade sentida.

Término da sessão: 20H



Referências Bibliográficas

- Correia, K. S., & Pinto, M. A. (2008). Stress, *coping* e adaptação na transição para o segundo ciclo de escolaridade: efeitos de um programa de intervenção. *Aletheia*, 27(1), 7-22.
- Cleto, P. M., & Costa, M. E. (2000). A mobilização de recursos sociais e de *coping* para lidar com a transição de escola no início da adolescência. *Inovação*, 13(1), 69-88.
- Monteiro, J. (2012). A prontidão escolar de crianças em transição do 1º ciclo para o 2ºciclo: crenças de pais e professores. Tese de mestrado
- Nunes, T. (2003). Colaboração Escola-Família para uma escola culturalmente heterogênea. *Cadernos de apoio à formação, 01*. Lisboa: Alto Comissariado para a Imigração e Minorias Étnicas.
- Reis, M. (2008). A relação entre pais e professores: Uma construção de proximidade para uma escola de sucesso. Tese de Douturamento.
- Salgado, M. & Neto, A. (sd). A Transição do 1º Para o 2ºCiclo do ensino básico: um estudo num agrupamento de escolas do Alentejo, Envolvendo alunos, pais e professores
- Trivellato-Ferreira, C., & Marturano, E. M. (2008). Recursos da criança, da família e da escola predizem competência na transição da 1ªsérie. *Interamerican Journal of Psychology*, 42(3), 549-558.

Anexo 19 - Programa 5º ano “Tu vales muito!”



Tu vales muito!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



Anexo 2: Lencinho na mão





ESCALA DE AUTOESTIMA PARA ADOLESCENTES

Nome: _____

Data: _____

Apresenta-se, a seguir, uma série de frases. Algumas podem descrever situações ou estados que te acontecem com frequência. Outras, pelo contrário, podem ser situações que não têm nada a ver contigo. Assinala aquelas que te descrevem e as que não te descrevem. Responde com sinceridade a todas as perguntas.

	1. Descreve-me sempre. 3. Quase nunca me descreve.	2. Descreve-me quase sempre. 4. Não me descreve em absoluto.	1	2	3	4
1 Custa-me muito exprimir o que sinto aos outros.						
2 Os meus companheiros e amigos confiam em mim.						
3 Considero-me uma pessoa divertida.						
4 Aborreço-me com facilidade.						
5 Os meus amigos aceitam-me como sou.						
6 Sinto-me culpado pelas coisas que acontecem.						
7 Sinto-me compreendido pela minha família.						
8 Sou fácil de convencer.						
9 Se pudesse, mudaria muitas coisas em mim.						
10 Sinto-me feliz a maior parte do tempo.						
11 Costumo ter boas ideias.						
12 Creio que sou boa pessoa.						
13 Penso que terei êxito na vida.						
14 Não gosto de fazer os trabalhos de casa.						
15 Considero-me mais feio do que os outros.						
16 Às vezes não digo a minha opinião por ser uma parvoíce.						
17 É difícil que alguém se sinta atraído por mim.						
18 Os meus pais respeitam as minhas opiniões e sentimentos.						
19 Sei conseguir aquilo que me proponho.						
20 Quando faço algo mal fico muito desaminado(a).						
21 Custa-me resolver os problemas que me preocupam.						
22 Gosto de mim como sou.						



QUADRO DE CORRECÇÃO

Comparam-se as respostas do indivíduo com as pontuações desta tabela, somando o número que aparece na casa correspondente a cada item.

1 Custa-me muito exprimir o que sinto aos outros.	4	3	2	1
2 Os meus companheiros e amigos confiam em mim.	1	2	3	4
3 Considero-me uma pessoa divertida.	4	3	2	1
4 Aborreço-me com facilidade.	4	3	2	1
5 Os meus amigos aceitam-me como sou.	1	2	3	4
6 Sinto-me culpado pelas coisas que acontecem.	4	3	2	1
7 Sinto-me compreendido pela minha família.	1	2	3	4
8 Sou fácil de convencer.	4	3	2	1
9 Se pudesse, mudaria muitas coisas em mim.	4	3	2	1
10 Sinto-me feliz a maior parte do tempo.	1	2	3	4
11 Costumo ter boas ideias.	1	2	3	4
12 Creio que sou boa pessoa.	1	2	3	4
13 Penso que terei êxito na vida.	1	2	3	4
14 Não gosto de fazer os trabalhos de casa.	4	3	2	1
15 Considero-me mais feio do que os outros.	4	3	2	1
16 Às vezes não digo a minha opinião por ser uma parvoíce.	4	3	2	1
17 É difícil que alguém se sinta atraído por mim.	4	3	2	1
18 Os meus pais respeitam as minhas opiniões e sentimentos.	4	3	2	1
19 Sei conseguir aquilo que me proponho.	1	2	3	4
20 Quando faço algo mal fico muito desaminado(a).	4	3	2	1
21 Custa-me resolver os problemas que me preocupam.	4	3	2	1
22 Gosto de mim como sou.	1	2	3	4

Correção:

As pontuações oscilam entre 0 e 88.

0 – 20 Auto-estima muito baixa

21 – 30 Auto-estima média/baixa

31 – 50 Auto-estima média

51 – 70 Auto-estima alta

71 – 88 Auto-estima muito alta



Papel do Psicólogo

O Psicólogo é um profissional de ajuda. Um dos seus principais objetivos passa pela avaliação e intervenção na modificação de comportamentos que estejam a interferir com o bem-estar da pessoa e/ou de quem a rodeia, bem como a reeducação de hábitos. Através do acompanhamento psicológico pretende-se que as pessoas reencontrem o seu equilíbrio emocional e desenvolvam um processo de aprendizagem que lhes permita lidar mais facilmente com adversidades futuras. O Psicólogo baseia a sua intervenção no estabelecimento duma relação de empatia e respeito pelo paciente. Desta forma, perante a aceitação das diferenças individuais e preservação da sua intimidade, constrói-se uma aliança terapêutica favorecedora do processo de mudança. Neste processo, o contexto e a família são muito importantes, sendo que ninguém vive sozinho.

" (...) Ser Feliz é não ter medo dos próprios sentimentos. Pedras no caminho? Guardo-as todas, um dia vou construir um castelo..."

Fernando Pessoa.

O Papel do Psicólogo junto das crianças e jovens

Os Psicólogos ajudam as crianças e os jovens a serem bem-sucedidos tanto a nível académico, como a nível social e emocional. Todas as crianças e jovens são únicos e especiais. Atravessam ao longo do seu desenvolvimento diversas etapas, associadas a dificuldades emergentes do processo de crescimento, que podem conduzir a consequências negativas nas suas vidas.

Algumas situações em que pode ser útil a intervenção de um Psicólogo são: ansiedade, baixa autoestima, timidez e dificuldades nas competências sociais, dificuldades na aprendizagem, depressão, medos e fobias, problemas de comportamento, luto, entre outros.

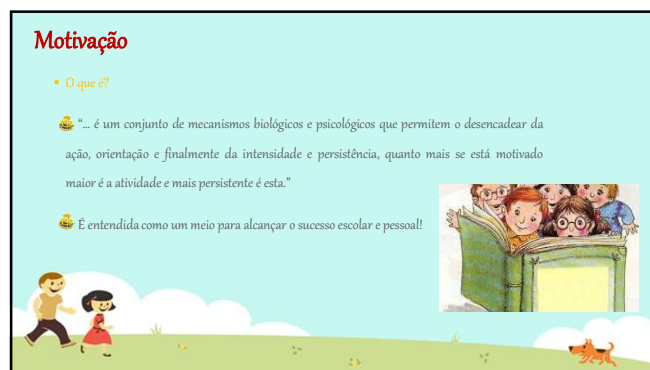
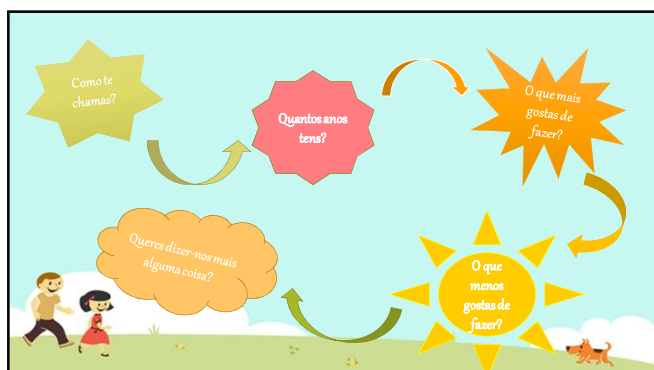
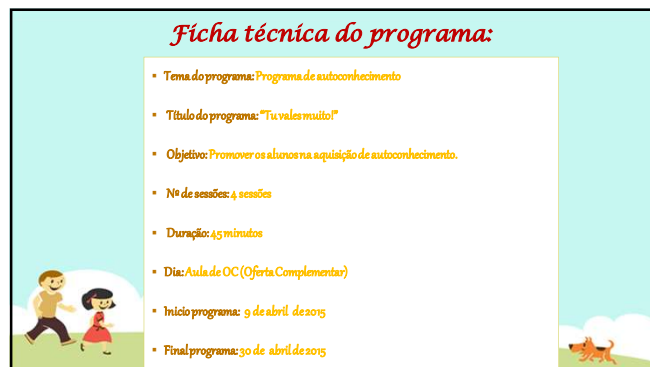
Explicar às crianças a função do Psicólogo



"Um Psicólogo é alguém que nos ajuda a superar as nossas dificuldades, quando temos problemas em casa, com o estudo ou com os colegas. Os Psicólogos estão disponíveis para nos ouvir, sem julgar os nossos comportamentos, querem que sejamos mais felizes".

"Procurar a ajuda de um Psicólogo é um gesto de valentia e responsabilidade, do qual deves orgulhar-te! Existem algumas pessoas que não procuram esse apoio porque pensam que estão a assumir uma fraqueza ou incapacidade. Outras pensam que procurar um Psicólogo é sinal de que estão "maluquinhas", e sentem vergonha em dirigir-se à consulta de Psicologia. Nada disto é verdade, procurar o apoio de um profissional especializado, pode ajudar-te a resolver os teus problemas, nunca te esqueças!"

"As crianças que vão ao Psicólogo não são diferentes das outras crianças. Tal como algumas crianças usam óculos para ver melhor, outras precisam de ajuda para solucionar adequadamente os seus problemas. Mas deves saber que um Psicólogo não resolve nada sozinho, pelo que, a solução dos teus problemas implica esforço e motivação da tua parte."



Autoconceito...

• O que é?

Autoconceito é constituído pelo conjunto de crenças que sustentamos acerca de nós próprios.

É o grau de confiança que temos na maneira de pensar e de lidar com os desafios colocados bem como à capacidade de lutar pelos objectivos que nos propomos alcançar.



O que vamos tratar durante as nossas sessões



Autoestima...

• O que é?

É uma avaliação global da pessoa feita por si mesma, e se a autoestima está alta ou baixa, ou se está ameaçada, vai influenciar o comportamento, a motivação, o conhecimento e a emoção do indivíduo.

A autoestima tem um valor que o sujeito atribui a si próprio.

O desenvolvimento da autoestima é influenciado pela forma como as pessoas que lhe são significativas se relacionam com o indivíduo.

É o próprio indivíduo que cria a sua conduta, gerando a autoestima.



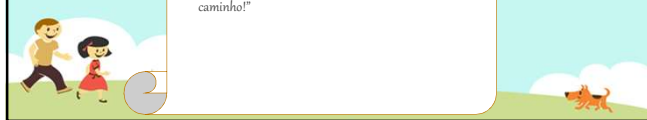
Tu vales muito!

Sessão 1- "Bem-vindo! Vamos Apresentarmos..."

Sessão 2- "Festinhas no Ego"

Sessão 3- "Sinto-me bem como sou"

Sessão 4- "Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!"



Sentir-se motivado é...

Sou bom naquilo que faço!

Nunca é tarde demais para ser aquilo que sempre desejaste.

Ver sempre o lado bom das coisas.

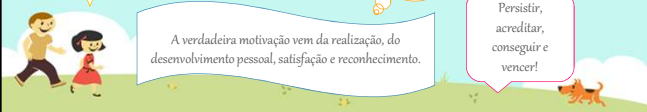
Gosto de mim!

Acredito em mim!

O primeiro passo será moves-te a ti mesmo.

Persistir, acreditar, conseguir e vencer!

A verdadeira motivação vem da realização, do desenvolvimento pessoal, satisfação e reconhecimento.



Sessão 1 - "Bem-vindo! Vamos Apresentar-nos..."

• Atividades:

☆ "Lencinho na mão"

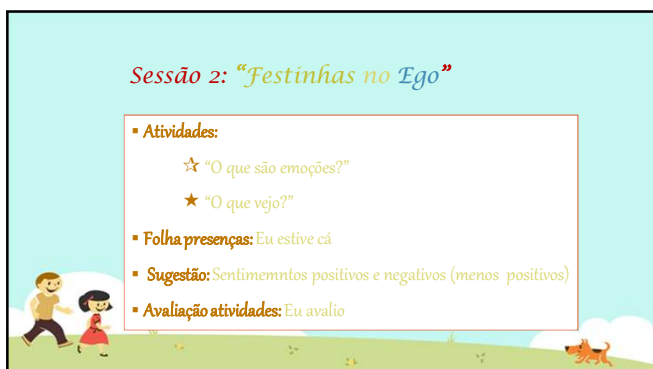
★ "Conta-me a tua experiência"

• **Folha presenças:** Eu estive cá

• **Sugestão:** Como me sinto hoje?

• **Avaliação atividades:** Eu avalio





Os grupos ou as famílias das emoções

Existem muitas emoções. Podemos dizer que se agrupam em seis categorias.

Certamente já ouviste falar em alegria, tristeza, raiva ou ra, amor, ansiedade ou avendo.

Esses palavras são utilizadas para descrever as emoções.

Cada grupo ou família de emoções tem características específicas.

As emoções **tristeza** e **desânimo** incluem sensações desagradáveis, pouca energia, etc.

As emoções **alegria** e **entusiasmo** incluem sensações agradáveis, ter energia, etc.

...continuação Semelhanças e diferenças entre as emoções

O corpo dá muitas respostas ao que se passa. Algumas respostas são parecidas.

Dizemos que há grupos de respostas. Cada grupo é composto por respostas semelhantes.

As emoções com características semelhantes pertencem ao mesmo grupo.

Entusiasmo e divertimento têm em comum a alegria (do da família da Alegria).

As vezes, o corpo dá respostas típicas de famílias ou grupos de emoções diferentes...

...dando respostas diferentes ao mesmo tempo.

Semelhanças e diferenças entre as emoções

O que se passa com as emoções é semelhante ao que se passa com as cores.

Pela mistura obtemos outras cores. A mistura de vermelho e amarelo dá cor-de-laranja.

O cor-de-laranja é mais parecido com o vermelho do que com o verde.

Apesar disso, o cor-de-laranja e o vermelho não são exactamente iguais.

Podemos dizer que a cor vermelha e o cor-de-laranja são do mesmo grupo de cores.

As cores do mesmo grupo têm semelhanças e diferenças entre si.

...continuação Semelhanças e diferenças entre as emoções

Há respostas semelhantes (do mesmo grupo) e respostas muito diferentes (de grupos diferentes).

É como se misturássemos várias cores diferentes numa tala...

...obtemos uma cor a partir de cores misturadas.

O corpo pode dar várias respostas ao mesmo tempo (de várias famílias de emoções).

Quando o corpo dá respostas de vários grupos, podemos dizer que são emoções misturadas.

Vamos conhecer os vários grupos ou as várias famílias das emoções!

...continuação Semelhanças e diferenças entre as emoções

Por exemplo, os gatos são da mesma família (a família dos felinos).

Mex há gatos muito diferentes de outros gatos.

Os cães são da mesma família (a família dos canídeos).

Apesar disso, os cães Serra da Estrela são diferentes dos caniches, não são?

Os humanos são da mesma família, do mesmo grupo (a família dos homínidos).

Os humanos têm coisas em comum (têm pelo e não penas), mas são diferentes uns dos outros.

O mapa das EMOÇÕES

Estás na expectativa de que aconteça algo ameaçador ou desafiante. Por isso, estás alerta, agitado e preparado para dar uma resposta e para agir.

Sim → ANSIEDADE p. 148

Não → Sentes menos energia, estás mais atento aos aspectos negativos das coisas, e tens menos vontade de te envolveres em actividades.

Sim → TRISTEZA p. 149

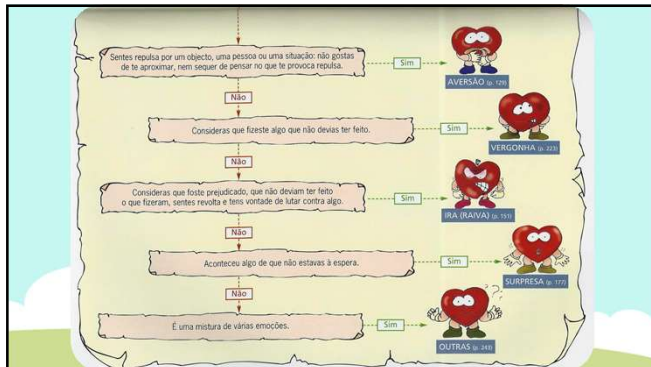
Não → Sentes energia, estás optimista, tens vontade de fazer coisas, de brincar, de estar com os amigos ou de descobrir coisas novas.

Sim → ALEGRIA p. 150

Não → Sentes vontade de te aproximar de uma pessoa, coisa ou animal, porque te sentes ligado a eles e porque te despertam emoções agradáveis.

Sim → AMOR p. 151

Não →



Sessão 3: "Sinto-me bem como sou!"

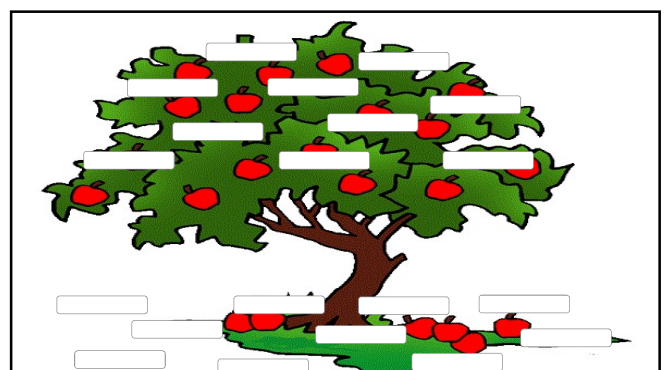
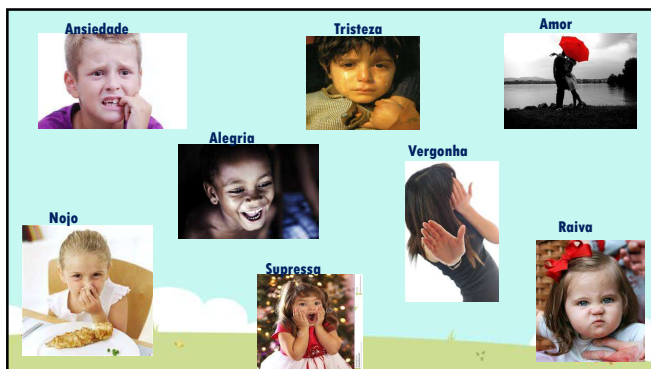
Atividades:

- ☆ "Arco-íris"
- ☆ "A minha árvore"
- ☆ "Espelho mágico"

• **Folha presenças:** Eu estive cá

• **Sugestão:** O que os outros dizem sobre mim...

• **Avaliação atividades:** Eu avalio





Sessão 4: "Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!"

- **Atividades:**
 - ★ "A Formiga-General"
 - ☆ "Subindo a árvore"
 - ☆ "É hora de relaxar"
- **Folha presenças:** Eu estive cá
- **Sugestão:** Resolução de problemas
- **Avaliação atividades:** Eu avalio

Sentimentos negativos	Sentimentos positivos
Não sou bom/boa no que faço	Sou bom no que faço
Não sou bonito/a	Sou bonito/a
Não sou capaz	Eu sou capaz
Não consigo	Eu consigo
Não gosto de mim	Gosto de mim
Não sei pedir ajuda	Sei pedir ajuda
Não sou feliz	Sou feliz
Não sou amado/a	Sou amado/a
Não sou admirado/a	Sou admirado
Sinto-me inferior aos outros	Não me sinto inferior aos outros
Não sei estudar	Sei estudar
Não vou ter boa nota	Vou ter boa nota
Não vou passar de ano	Vou passar de ano
Não vou ter sucesso	Vou ter sucesso
Não gostam de mim	Gostam de mim



A Formiga-General - Planificação

"A Formiga-General deu 'alto' às tropas e respondeu indignada: – Ilustre Vermelho, nós não passamos. Nós deslocamo-nos no terreno – se fosse possível o Vermelho teria corado. – Como ia dizendo, somos um exército organizado e instruído na antiga tradição PLEA – o Vermelho fez um ar de espanto, felizmente a formiga não reparou. – Antes de agir, antes de fazermos qualquer coisa, planificamos (PLEA). Como nos ensinaram as nossas avós formigas, em primeiro lugar estabelecemos um plano para as nossas deslocações no terreno, o que quer dizer pensar antes... – Isso da planificação deve ser mesmo importante, em tão pouco tempo já ouvimos falar dela duas vezes – comentaram as cores em voz baixa para que a formiga não escutasse. – Como estava a dizer – continuou a formiga com um tom militar –, para planificar, primeiro fazemos uma lista daquilo que precisamos de saber e de fazer para que tudo corra bem. Depois, para evitarmos problemas, distribuímos o tempo total pelas tarefas – impressionadas, as cores acenaram positivamente com a cabeça (elas perdiam tempo em cada equívoco!)"

Ilustração de uma formiga vermelha com antenas, vestindo uma coroa e segurando um bastão, representando a Formiga-General.

A Formíga-General - Execução

"Segue-se a segunda fase: a execução (PLEA), que quer dizer pensar durante. Quando nos deslocamos, eu coordeno as tropas para que tudo corra de acordo com o previsto. A Formíga-General falava com muita segurança e desembaraço, dava gosto ouvi-la. As cores uniram as cabeças para não perderem nenhuma das suas palavras, até o Sarabico assistiu quietinho, espreitando pelo anel que sobrou no meio das cabeças das cores, o que para um esquilo irrequieto é uma grande façanha. Entusiasmada com o interesse das cores, a Formíga-General, tossiu novamente e continuou:

— Cada uma das nossas caminhadas envolve a deslocação de muitos meios e esforços, temos de carregar muito alimento para as nossas enormes despesas, respeitando os prazos previstos. Não nos podemos enganar no caminho, nem desperdiçar energia a andar para cá e para lá; por isso confirmo constantemente o nosso rumo. No exército das formigas chamamos a esta operação 'monitorizar', que quer dizer confirmar se está tudo a correr como previsto — as cores estavam pasmadas com tanta sabedoria."



*Um problema **dever** ser dividido em pequenas etapas:*

★ Como se faz para comer uma sandes?

★ Como se prepara a mochila?

★ O que devemos fazer para preparar uma ida à piscina ou à praia?

★ Como se prepara os trabalhos de casa?

★ Prepara a prenda para o dia do pai/mãe?

A Formíga-General - Avaliação



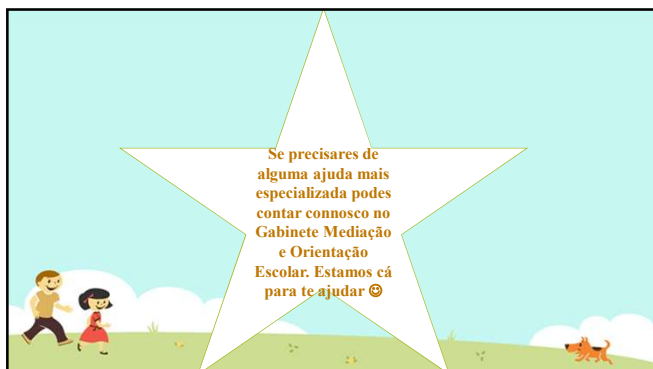
"Por fim, entramos na terceira e última fase: a avaliação (PLEA), que quer dizer pensar depois. Quando terminamos uma etapa temos de avaliar se cumprimos o que tínhamos previsto, se carregámos alimento suficiente, se nos atrasámos, se nos afastámos do caminho da despesa..."

É hora de relaxar...

Estás pronto?

Vamos começar... ☺







Tu vales muito!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)

Como me sinto hoje?



1. Culpado



2. Apaixonado



3. Invejoso



4. Magoado



5. Enojado



6. Surpreendido



7. Rejeitado



8. Aflito



9. Desconfiado



10. Calmo



11. Aliviado



12. Chocado



13. Optimista



14. Indiferente



15. Histérico



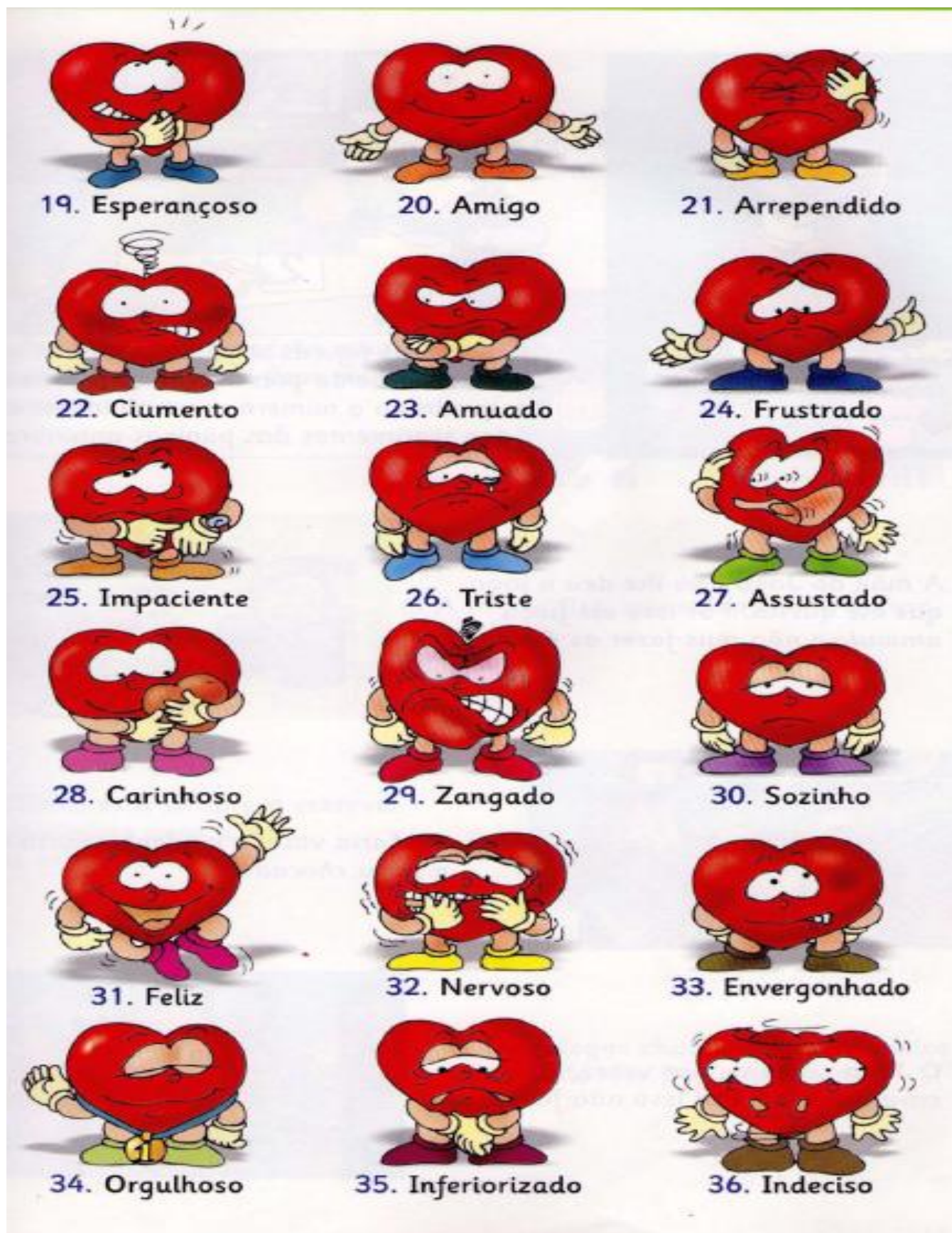
16. Desapontado



17. Aborrecido



18. Confuso



Retirado de, Moreira, P. (2009). *Emoções e sentimentos ilustrados*. Porto: Porto Editora.



“Eu estive cá”

	1ª Sessão	2ª Sessão	3ª Sessão	4ª Sessão
	09/04/2015	16/04/2015	23/04/2015	30/04/2015
Nome do/a Aluno/a				
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				



Eu avalio

Gostaste das atividades que fizemos juntos?

Nome do Aluno: _____ Turma: ____

A folha “Eu avalio” tem como objetivo dar-nos a conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques a carinha feliz, indiferente ou triste, mediante o que sentiste na sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós! ☺



Sessão	Avaliação Carínha
1ª Sessão – Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...	
2ª Sessão – Festinhas no Ego!	
3ª Sessão – Sinto-me bem como sou!	
4ª Sessão – Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!	

Obrigada!!





Tu vales muito!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



Como sabemos o que é mau e o que é bom para nós?

A bússola não indica se nos devemos afastar de alguma coisa...



Então, como sabemos o que é perigoso e o que é bom para nós?



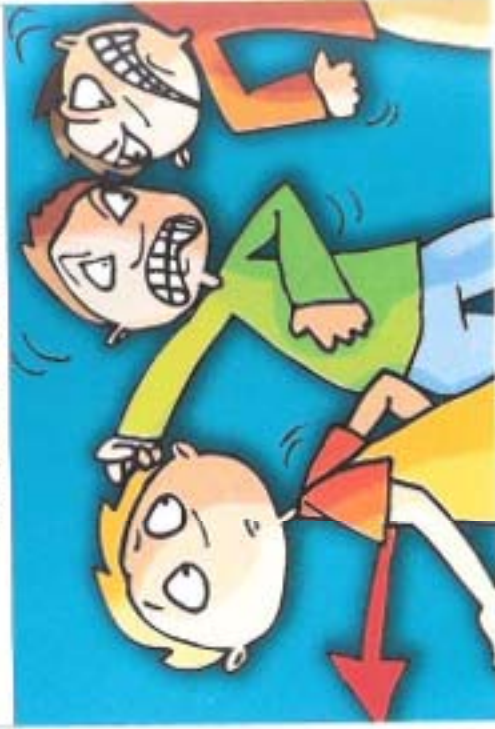
Para isso precisamos de estar atentos ao que se passa à nossa volta.



É como se tivéssemos dentro de nós um mecanismo que nos ajuda a tomar decisões...



...que permite que nos afastemos do que nos faz mal...



...e que nos aproximamos do que nos faz bem.



Então, nós temos um sistema muito sofisticado: o sistema de emoções.



As emoções ajudam a afastarmos-nos dos perigos e a aproximar-nos do que nos faz bem



Para nos orientarmos, precisamos de estar alertas ao que se passa à nossa volta...



...aos sinais, como, por exemplo, as tabuletas e os sinais de trânsito.



Para sabermos o que fazer, precisamos de estar alertas ao que se passa à nossa volta...



...e aos sinais que o nosso corpo nos dá, para decidirmos o que fazer.



Os órgãos dos sentidos

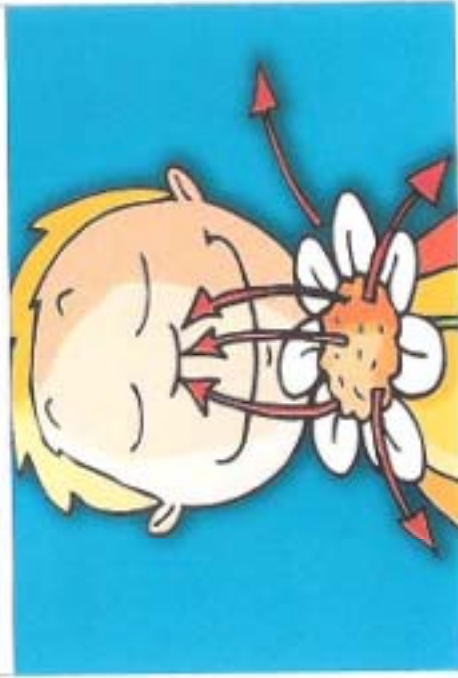
E como recebemos a informação acerca do que se passa à nossa volta?



Recebemos essa informação através dos órgãos dos sentidos.



Recebemos informação acerca do cheiro de uma flor, mas a flor continua com o seu odor.



Cheirar não significa tirar o cheiro, significa conhecer as características do odor.



Quando vemos um avião, o que acontece?



Recebemos uma imagem que nos dá informações acerca do avião.



semelhanças e diferenças entre as emoções

O corpo dá muitas respostas ao que se passa. Algumas respostas são parecidas.



Dizemos que há grupos de respostas. Cada grupo é composto por respostas semelhantes.



As emoções com características semelhantes pertencem ao mesmo grupo.



Entusiasmo e divertimento têm em comum a alegria (são da família da Alegria).



As vezes, o corpo dá respostas típicas de famílias ou grupos de emoções diferentes...



... dando respostas diferentes ao mesmo tempo.



Por exemplo, os gatos são da mesma família (a família dos felinos).



Mas há gatos muito diferentes de outros gatos.



Os cães são da mesma família (a família dos canídeos).



Apesar disso, os cães Serra da Estrela são diferentes dos caniches, não são?



Os humanos são da mesma família, do mesmo grupo (a família dos homínidos).



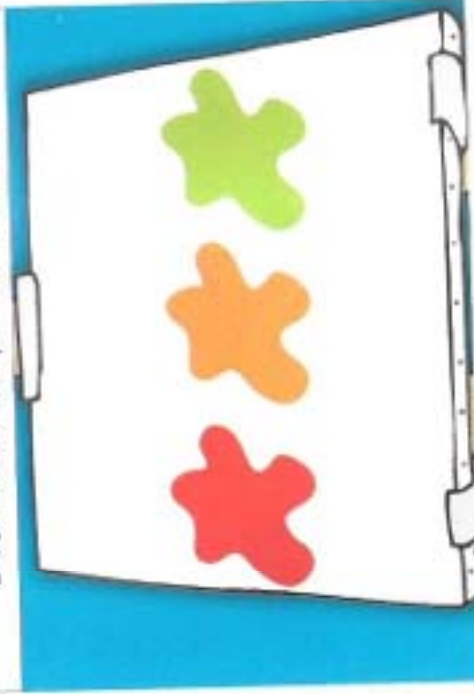
Os humanos têm coisas em comum (têm pelo e não penas), mas são diferentes uns dos outros...



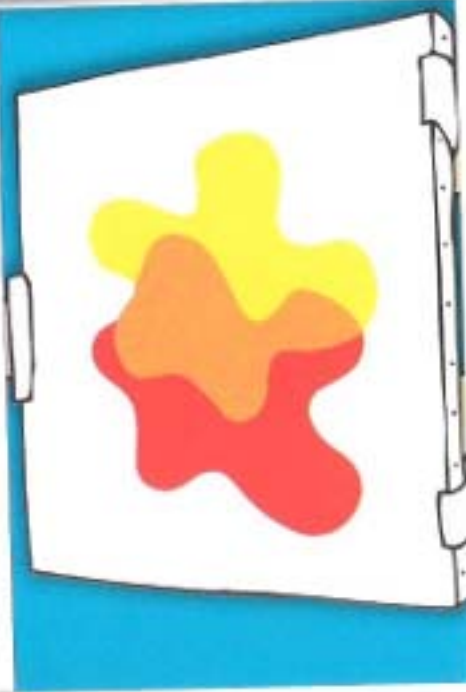
O que se passa com as emoções é semelhante ao que se passa com as cores.



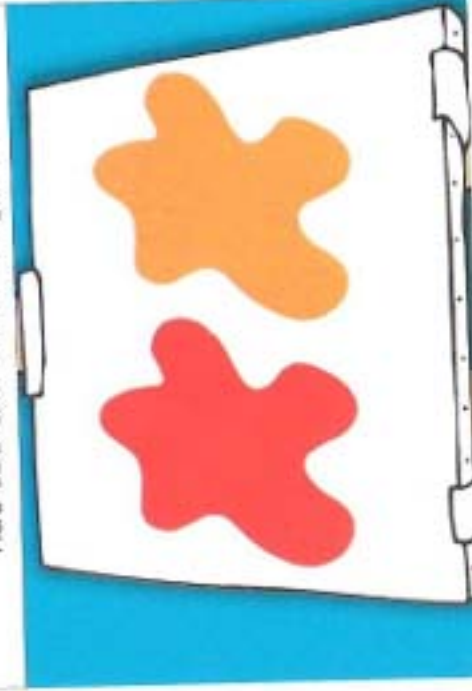
O cor-de-laranja é mais parecido com o vermelho do que com o verde.



Pela mistura obtemos outras cores. A mistura de vermelho e amarelo dá cor-de-laranja.



Apesar disso, o cor-de-laranja e o vermelho não são exatamente iguais.



As cores do mesmo grupo têm semelhanças e diferenças entre si.



Podemos dizer que a cor vermelha e o cor-de-laranja são do mesmo grupo de cores.



...misturando as emoções (do mesmo grupo) e
...misturando as cores (de grupos diferentes).



É como se misturássemos várias cores
diferentes numa tela...



...misturando uma cor a partir de cores
misturadas...



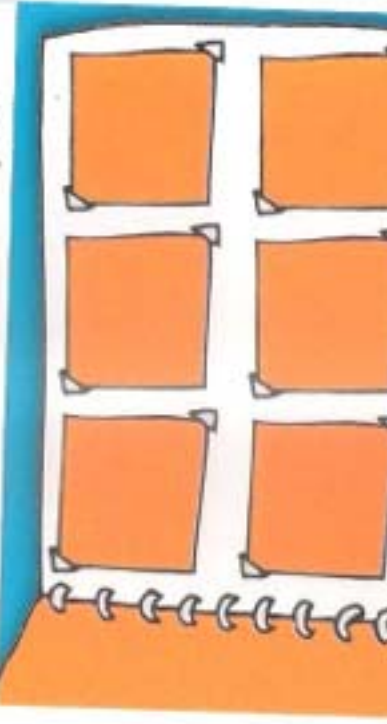
O corpo pode dar várias respostas ao mesmo
tempo (de várias famílias de emoções).



...misturando as respostas de vários grupos,
...misturando as cores que são emoções misturadas.



Vamos conhecer os vários grupos
ou as várias famílias das emoções!



O mapa das EMOÇÕES

Estás na expectativa de que aconteça algo ameaçador ou desafiante.
Por isso, estás alerta, agitado e preparado para dar uma resposta e para agir.

Não

Sim



ANSIEDADE (p. 103)

Sentes menos energia, estás mais atordoado aos aspectos negativos das coisas, e tens menos vontade de te envolveres em actividades.

Não

Sim



TRISTEZA (p. 183)

Sentes energia, estás optimista, tens vontade de fazer coisas, de brincar, de estar com os amigos ou de descobrir coisas novas.

Não

Sim



ALEGRIA (p. 49)

Sentes vontade de te aproximar de uma pessoa, coisa ou animal, porque te sentes ligado a eles e porque te despertam emoções agradáveis.

Não

Sim



AMOR (p. 79)

Sentes vontade de fugir, afastar-te de uma situação, não queres estar lá, porque te sentes ameaçado ou porque te despertam emoções desagradáveis.

Não

Sim



MEDO (p. 109)

Consideras que fizeste algo que não devias ter feito.

Não

Sim



VERGONHA (p. 229)

Consideras que foste prejudicado, que não deviam ter feito o que fizeram, sentes revolta e tens vontade de lutar contra algo.

Não

Sim



IRA (RAIVA) (p. 159)

Aconteceu algo de que não estavas à espera.

Sim



SURPRESA (p. 179)



















Tu vales muito!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



Refere dois sentimentos que gostas e dois sentimentos que não gostas

Nome: _____ Data de hoje ____ / ____ / ____

SENTIMENTOS QUE GOSTO 	
Sentimento 1	
Sentimento 2	
SENTIMENTOS QUE NÃO GOSTO 	
Sentimento 1	
Sentimento 2	



“Eu estive cá”

	1ª Sessão	2ª Sessão	3ª Sessão	4ª Sessão
	09/04/2015	16/04/2015	23/04/2015	30/04/2015
Nome do/a Aluno/a				
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				



Eu avalio

Gostaste das atividades que fizemos juntos?

Nome do Aluno: _____ Turma: ____

A folha “Eu avalio” tem como objetivo dar-nos a conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques a carinha feliz, indiferente ou triste, mediante o que sentiste na sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós! ☺



Sessão	Avaliação Carínha
1ª Sessão – Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...	
2ª Sessão – Festinhas no Ego!	
3ª Sessão – Sinto-me bem como sou!	
4ª Sessão – Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!	

Obrigada!!





Tu vales muito!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



Arco-íris



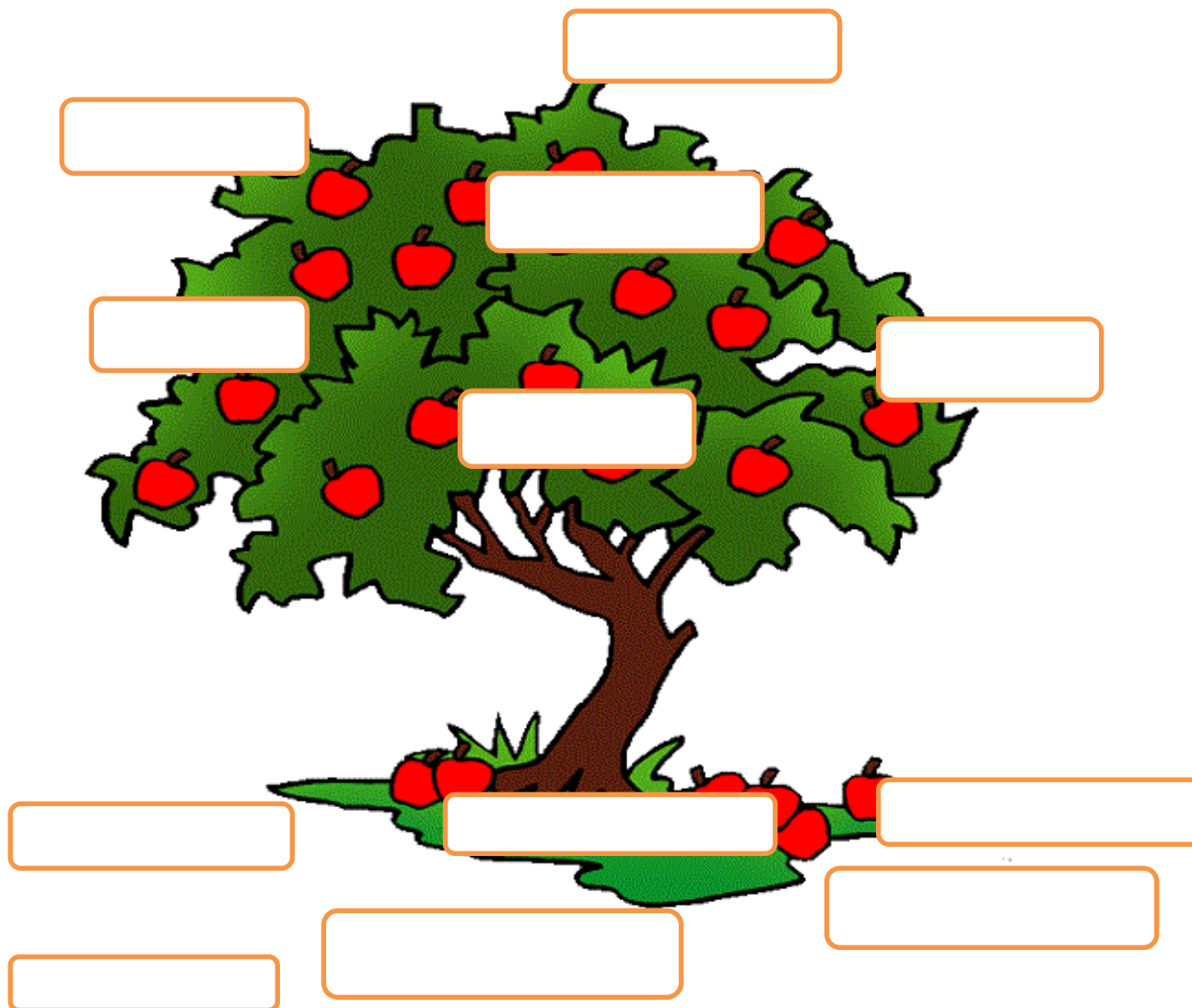
Arco-íris





Tu vales muito!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)





Sentimentos negativos	Sentimentos positivos
Não sou bom/boa no que faço	Sou bom no que faço
Não sou bonito/a	Sou bonito/a
Não sou capaz	Eu sou capaz
Não consigo	Eu consigo
Não gosto de mim	Gosto de mim
Não sei pedir ajuda	Sei pedir ajuda
Não sou feliz	Sou feliz
Não sou amado/a	Sou amado/a
Não sou admirado/a	Sou admirado
Sinto-me inferior aos outros	Não me sinto inferior aos outros
Não sei estudar	Sei estudar
Não vou ter boa nota	Vou ter boa nota
Não vou passar de ano	Vou passar de ano
Não vou ter sucesso	Vou ter sucesso
Não gostam de mim	Gostam de mim



Tu vales muito!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)





“Eu estive cá”

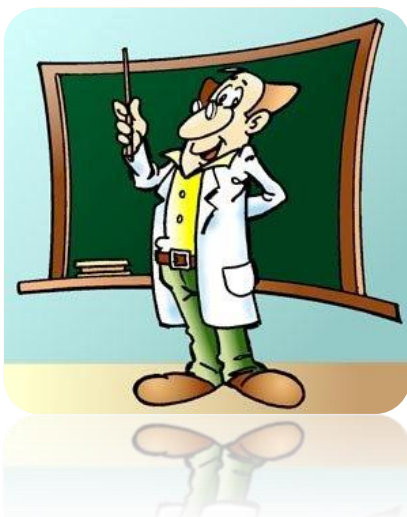
	1ª Sessão	2ª Sessão	3ª Sessão	4ª Sessão
	09/04/2015	16/04/2015	23/04/2015	30/04/2015
Nome do/a Aluno/a				
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				



Dizem que eu sou...

Nome:

Turma:



O/A professor/a



O/A auxiliar



O/A amigo/a



Tu vales muito!

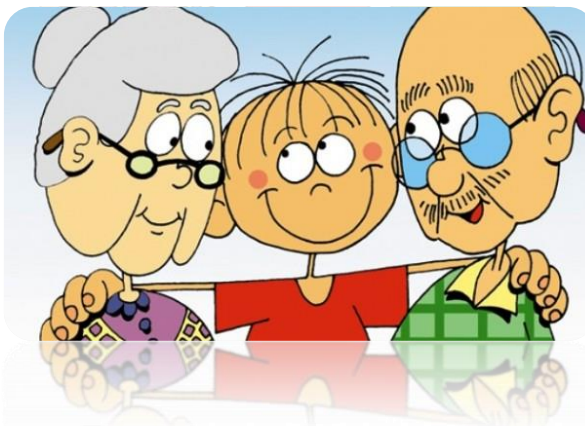
Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



O pai/ A mãe



O/a irmão/ã



O/A avô/ó



Eu avalio

Gostaste das atividades que fizemos juntos?

Nome do Aluno: _____ Turma: ____

A folha “Eu avalio” tem como objetivo dar-nos a conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques a carinha feliz, indiferente ou triste, mediante o que sentiste na sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós! ☺



Sessão	Avaliação Carínha
1ª Sessão – Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...	
2ª Sessão – Festinhas no Ego!	
3ª Sessão – Sinto-me bem como sou!	
4ª Sessão – Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!	

Obrigada!!





Tu vales muito!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)





“A Formiga-General”

“A Formiga-General deu “alto” às tropas e respondeu indignada:

– Ilustre Vermelho, nós não passeamos. Nós deslocamo-nos no terreno – se fosse possível o Vermelho teria corado. – Como ia dizendo, somos um exército organizado e instruído na antiga tradição PLEA – o Vermelho fez um ar de espanto, felizmente a formiga não reparou. – Antes de agir, antes de fazermos qualquer coisa, planificamos (PLEA). Como nos ensinaram as nossas avós formigas, em primeiro lugar estabelecemos um plano para as nossas deslocações no terreno, o que quer dizer pensar antes...

– Isso da planificação deve ser mesmo importante, em tão pouco tempo já ouvimos falar dela duas vezes – comentaram as cores em voz baixa para que a formiga não escutasse.

– Como estava a dizer – continuou a formiga com um tom militar –, para planificar, primeiro fazemos uma lista daquilo que precisamos de saber e de fazer para que tudo corra bem. Depois, para evitarmos problemas, distribuímos o tempo total pelas tarefas – impressionadas, as cores acenaram positivamente com a cabeça (elas perdiam tempo em cada esquina!)“

“Segue-se a segunda fase: a execução (PLEA), que quer dizer pensar durante. Quando nos deslocamos, eu coordeno as tropas para que tudo corra de acordo com o previsto. A Formiga-General falava com muita segurança e desembaraço, dava gosto ouvi-la. As cores uniram as cabeças para não perderem nenhuma das suas palavras, até o Sarabico assistiu quietinho, espreitando pelo anel que sobrou no meio das cabeças das cores, o que para um esquilo irrequieto é uma grande façanha. Entusiasmada com o interesse das cores, a Formiga-General, tossicou novamente e continuou:

– Cada uma das nossas caminhadas envolve a deslocação de muitos meios e esforços, temos de carregar muito alimento para as nossas enormes despensas, respeitando os prazos previstos. Não nos podemos enganar no caminho, nem desperdiçar energia a andar para cá e para lá; por isso confirmo constantemente o nosso rumo. No exército das formigas chamamos a esta operação ‘monitorizar’, que quer dizer confirmar se está tudo a correr como previsto – as cores estavam pasmadas com tanta sabedoria.”

SUBINDO
NA ÁRVORE...





“Tu vales
muito!”

PARABÉNS!!

Gabinete de Mediação e
Orientação Escolar



“Tu vales
muito!”

PARABÉNS!!

Gabinete de Mediação
e Orientação Escolar



“Tu vales
muito!”

PARABÉNS!!

Gabinete de Mediação e
Orientação escolar



“Tu vales
muito!”

PARABÉNS!!

Gabinete de Mediação e
Orientação Escolar



Guia de Relaxamento

Para obteres as melhores sensações e bem-estar com a prática destes exercícios
deves sempre seguir algumas regras importantes:

Queres fazer alguma pergunta?

1. Deves fazer exatamente aquilo que te dizemos;
2. Deves esforçar-te por fazer o melhor possível o que te dizemos;
3. Deves praticar estes exercícios porque quanto mais os praticares mais relaxado e melhor te sentirás.

Estás pronto para começar?

- ☀ Senta-te o mais confortavelmente possível.
Encosta-te bem.
Apoia os pés no chão.
Deixa os braços caídos ao longo do corpo e apoiados nas coxas.
- ☀ Estás bem assim?
- ☀ Agora fecha os olhos e não os abras até eu dizer.

**Lembra-te de seguir as minhas instruções, esforça-te bem e presta
atenção ao teu corpo.**



Tu vales muito!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



Aprender a

relaxar?





Mãos e braços

1. Imagina que tens uma laranja na tua mão direita. Quero que a apertes com muita força, como se lhe quisesse tirar o sumo todo. Sente a força que a tua mão e o teu braço estão a fazer quando espremes a laranja.



2. Agora deixa cair a laranja. Repara como estão os músculos da tua mão e do teu braço quando não fazes força.
3. Agora imagina que tens uma laranja em cada mão e que estás a espremer as duas – tenta espremer esta com ainda mais força que a primeira para tirar todo o sumo.

Isso mesmo! Que força que tens!



4. Deixa cair as laranjas, e sente como os teus braços e mãos se sentem bem quando deixam de fazer força e estão bem relaxados.
5. Repete outra vez...



Braços e Ombros

1. Imagina que tu és um gato muito preguiçoso e estás com vontade de te espreguiçar. Vais levantar os braços e esticá-los para a frente. Agora levanta-os acima da cabeça e tenta chegar o mais alto que consigas.
2. Dobra-te para trás e sente a força que os teus ombros estão a fazer. Estica-te mais... deixa os teus braços caírem para os lados, devagar. Assim mesmo, muito bem!



3. És um gato mesmo muito preguiçoso e com muito sono. Vais espreguiçar-te outra vez.
Levanta os braços, faz muita força e estica-os para a frente. Agora levanta-os acima da cabeça e estica-te o máximo que consigas. Dobra-te para trás, com mais força, e sente a força que os teus braços estão a fazer.



4. Agora espreguiça-te muito, como se estivesses a acordar de uma longa sesta ao sol. Levanta os braços, faz muita força e estica-os para a frente. Levanta-os acima da cabeça, o mais alto que puderes. Sente a força nos teus músculos.



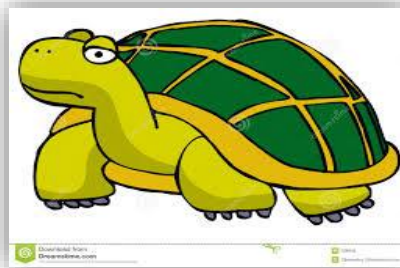
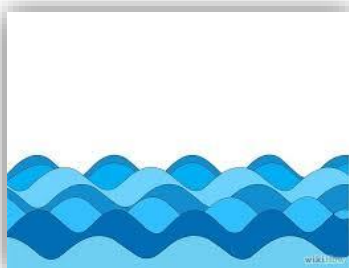
5. Deixa-os cair devagar e sente como é bom estar relaxado e sentir-se molengão e preguiçoso.

Pescoço e Ombros

1. Imagina agora que és uma tartaruga... Estás deitada na areia da praia a apanhar sol. Sentes-te muito bem, o sol está quente e sentes o calor na tua pele.



2. Mas agora vem aí uma onda, vais ter de meter a cabeça dentro da carapaça, para não te molhares. Tenta levantar os ombros e meter a cabeça para dentro. Não é fácil ser tartaruga, é necessário fazer muita força para ficar dentro da carapaça.
3. Olha, a onda já foi passou e podes voltar a pôr a cabeça de fora e voltar a apanhar o sol quente.



4. Repara, vem aí outra onda... Mete a cabeça outra vez para dentro da carapaça, rápido, para não te molhares! Levanta os ombros e mete a cabeça para dentro. Ahhhh... Pronto! A onda já passou!... Podes sair e sentir os teus ombros e o teu pescoço relaxados e apanhar sol outra vez...



5. Mais uma vez... Pronto para outra onda? Vem aí outra onda, volta a meter a cabeça para dentro da carapaça para não tem molhares. Levanta os ombros até chegarem às orelhas. Não deixes nenhum bocadinho de cabeça fora da concha!
6. Sente a força no teu pescoço e nos ombros...
7. A onda já passou... Podes sair e relaxar ao sol. Senteste-te confortável. É agradável, não é? Que bom...!



Queixo

1. Imagina que tens uma enorme pastilha elástica na tua boca. Como é grande a pastilha... É mesmo muito difícil mastigar por isso vais trincar-la com muita força!
Deixa os músculos do teu pescoço ajudarem.
Agora relaxa... e deixa o teu queixo cair. Vês como é uma sensação agradável?
2. Agora volta a mastigar a pastilha elástica. Aperta-a com toda a força e tenta empurrá-la com a língua contra os dentes.
Pronto...! Agora relaxa e sente o queixo pendurado...



3. Mastiga mais uma vez: vais ter de conseguir esmagar a pastilha com os teus dentes! Trinca-a com toda a força que tiveres.
Isso mesmo! Com muita força! Está ótimo assim. Agora podes relaxar...
4. Agora que esmagaste a pastilha, tenta relaxar todo o teu corpo. Deixa-te sentir molengão e sempre confortável.



Face e Nariz

1. Vamos imaginar que vem aí uma mosca velha e chata... Olha, pousou no teu nariz, sentes? Tenta enxotá-la, mas sem usar as tuas mãos. Enruga e mexe bem o nariz. Boa, isso mesmo! Conseguiaste afastá-la. Agora podes relaxar o teu nariz.



2. Ohhh! Vem aí novamente a mosca... Pousou mesmo no meio do teu nariz. Enruga-o outra vez, o mais que puderes para a mandares embora. Assim mesmo, já se foi embora. Podes relaxar a tua cara. Repara que quando enrugas o teu nariz, a tua boca, os teus olhos, e a tua testa também ajuda. Portanto, quando relaxas o teu nariz a tua cara relaxa-se toda.



3. Lá vem a mosca outra vez! Mas desta vez pousou na tua testa. Faz muitas rugas para tentar assustá-la! Isso!...
4. Já fugiu, podes relaxar. Deixa a tua cara ficar suave, sem rugas. Repara como é uma sensação agradável, está relaxada e a sensação é agradável.



Pernas e Pés

1. Vamos fingir que estás de pé, numa grande poça de lama... Faz força para enterrar os dedos dos pés na lama.
2. Vá! Tenta enterrar os pés até ao fundo, ajudando com as pernas. Continua a fazer força, muita força! Sentes as pernas a entrar dentro da lama.
3. Agora, sai da poça e deixa os teus pés e pernas ficarem relaxados, deixa os dedos dos pés ficarem soltos.
Sente como é bom!...
4. Volta a entrar na poça da lama. Ajuda com as pernas a enterrar os pés, com força, muita força. Mais força ainda! Tenta enterrar as pernas todas... Isso mesmo!
5. Agora sai outra vez da lama. Relaxa os pés e as pernas. Repara como estão diferentes e como é bom sentir-se molengão e relaxado.





Conclusão

1. Continua a sentir-te molengão e relaxado... Deixa o teu corpo tornar-se cada vez mais molengão durante algum tempo... Daqui a algum tempo vais poder abrir os olhos...
2. Ao longo do dia, lembra-te como é bom estar relaxado, tal como aconteceu durante estes exercícios. Pratica estes exercícios todos os dias, para que consigas relaxar-te cada vez melhor!
3. Aproveita, por exemplo, o momento em que te vais deitar, com a luz apagada e sem ninguém te incomodar. Isso ajuda-te a adormecer.
4. Agora, muito devagar, podes começar a espreguiçar-te! Estica o teu corpo todo. Pernas... tronco... braços... ombros... pescoço... e cabeça... Estás a acordar...
5. Podes abrir os olhos...!
6. Muito bem! 😊



“Eu estive cá”

	1ª Sessão	2ª Sessão	3ª Sessão	4ª Sessão
	09/04/2015	16/04/2015	23/04/2015	30/04/2015
Nome do/a Aluno/a				
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				



Eu avalio

Gostaste das atividades que fizemos juntos?

Nome do Aluno: _____ Turma: ____

A folha “Eu avalio” tem como objetivo dar-nos a conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques a carinha feliz, indiferente ou triste, mediante o que sentiste na sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós! ☺



Sessão	Avaliação Carínha
1ª Sessão – Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...	
2ª Sessão – Festinhas no Ego!	
3ª Sessão – Sinto-me bem como sou!	
4ª Sessão – Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!	

Obrigada!!





Tu vales muito!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)





ESCALA DE AUTOESTIMA PARA ADOLESCENTES

Nome: _____

Data: _____

Apresenta-se, a seguir, uma série de frases. Algumas podem descrever situações ou estados que te acontecem com frequência. Outras, pelo contrário, podem ser situações que não têm nada a ver contigo. Assinala aquelas que te descrevem e as que não te descrevem. Responde com sinceridade a todas as perguntas.

	1. Descreve-me sempre. 3. Quase nunca me descreve.	2. Descreve-me quase sempre. 4. Não me descreve em absoluto.	1	2	3	4
1 Custa-me muito exprimir o que sinto aos outros.						
2 Os meus companheiros e amigos confiam em mim.						
3 Considero-me uma pessoa divertida.						
4 Aborreço-me com facilidade.						
5 Os meus amigos aceitam-me como sou.						
6 Sinto-me culpado pelas coisas que acontecem.						
7 Sinto-me compreendido pela minha família.						
8 Sou fácil de convencer.						
9 Se pudesse, mudaria muitas coisas em mim.						
10 Sinto-me feliz a maior parte do tempo.						
11 Costumo ter boas ideias.						
12 Creio que sou boa pessoa.						
13 Penso que terei êxito na vida.						
14 Não gosto de fazer os trabalhos de casa.						
15 Considero-me mais feio do que os outros.						
16 Às vezes não digo a minha opinião por ser uma parvoíce.						
17 É difícil que alguém se sinta atraído por mim.						
18 Os meus pais respeitam as minhas opiniões e sentimentos.						
19 Sei conseguir aquilo que me proponho.						
20 Quando faço algo mal fico muito desaminado(a).						
21 Custa-me resolver os problemas que me preocupam.						
22 Gosto de mim como sou.						



QUADRO DE CORRECÇÃO

Comparam-se as respostas do indivíduo com as pontuações desta tabela, somando o número que aparece na casa correspondente a cada item.

1 Custa-me muito exprimir o que sinto aos outros.	4	3	2	1
2 Os meus companheiros e amigos confiam em mim.	1	2	3	4
3 Considero-me uma pessoa divertida.	4	3	2	1
4 Aborreço-me com facilidade.	4	3	2	1
5 Os meus amigos aceitam-me como sou.	1	2	3	4
6 Sinto-me culpado pelas coisas que acontecem.	4	3	2	1
7 Sinto-me compreendido pela minha família.	1	2	3	4
8 Sou fácil de convencer.	4	3	2	1
9 Se pudesse, mudaria muitas coisas em mim.	4	3	2	1
10 Sinto-me feliz a maior parte do tempo.	1	2	3	4
11 Costumo ter boas ideias.	1	2	3	4
12 Creio que sou boa pessoa.	1	2	3	4
13 Penso que terei êxito na vida.	1	2	3	4
14 Não gosto de fazer os trabalhos de casa.	4	3	2	1
15 Considero-me mais feio do que os outros.	4	3	2	1
16 Às vezes não digo a minha opinião por ser uma parvoíce.	4	3	2	1
17 É difícil que alguém se sinta atraído por mim.	4	3	2	1
18 Os meus pais respeitam as minhas opiniões e sentimentos.	4	3	2	1
19 Sei conseguir aquilo que me proponho.	1	2	3	4
20 Quando faço algo mal fico muito desaminado(a).	4	3	2	1
21 Custa-me resolver os problemas que me preocupam.	4	3	2	1
22 Gosto de mim como sou.	1	2	3	4

Correção:

As pontuações oscilam entre 0 e 88.

0 – 20 Auto-estima muito baixa

21 – 30 Auto-estima média/baixa

31 – 50 Auto-estima média

51 – 70 Auto-estima alta

71 – 88 Auto-estima muito alta



Tu vales muito!

Caros Pais,

Vimos por este meio informar que o Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE) iniciou a dinamização do Programa **“Tu vales muito!”**, junto dos alunos do 5º ano. As atividades visam desenvolver nas crianças competências de autoconceito e autoestima, nomeadamente, conhecer os sentimentos e as emoções e refletir sobre estes.

Neste sentido, desenvolvemos um programa de intervenção, tendo subjacentes os seguintes **objectivos gerais**: **1)** Preparar os alunos para lidarem de forma mais ajustada com as mudanças e transições inerentes ao 2º ciclo; **2)** Prevenir os problemas e dificuldades com que os alunos poderão vir a deparar-se, capacitando-os de estratégias para resolução de problemas, **3)** Promover o autoconhecimento bem como **4)** Promover a autoestima.

Esta intervenção será desenvolvida ao longo de 4 sessões, na aula de OC (Oferta Complementar), com a duração de 45 minutos cada, dinamizadas em articulação com o professor da disciplina. Serão criadas ao longo das sessões um conjunto de atividades que terão oportunidade de observar junto dos vossos educandos.

Deste modo e para que a intervenção seja mais eficaz, necessitamos da colaboração e autorização dos pais/encarregados de educação para dar continuidade às atividades desenvolvidas junto das crianças.

Esperamos que todo este material possa ser um recurso para proporcionar momentos de aprendizagem e de alegria junto dos vossos educandos!

Desejamos a todos, filhos e pais, sucesso!

Agradecemos a vossa colaboração.

O Gabinete de Mediação e Orientação Escolar:

As psicólogas dinamizadoras

Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo

A psicóloga do Agrupamento e orientadora

Sónia Dias



Tu vales muito!

Eu, _____, Encarregado(a)
de Educação do(a) aluno(a) _____, declaro
que tomei conhecimento do desenvolvimento do programa de intervenção “Tu vales
muito!” junto do meu educando.

AE Maximinos, abril de 2015

O (A) Encarregado(a) de Educação,

Eu, _____, Encarregado(a)
de Educação do(a) aluno(a) _____, declaro
que tomei conhecimento do desenvolvimento do programa de intervenção “Tu vales
muito!” junto do meu educando.

AE Maximinos, abril de 2015

O (A) Encarregado(a) de Educação,

Eu, _____, Encarregado(a)
de Educação do(a) aluno(a) _____, declaro
que tomei conhecimento do desenvolvimento do programa de intervenção “Tu vales
muito!” junto do meu educando.

AE Maximinos, abril de 2015

O (A) Encarregado(a) de Educação,

Programa de intervenção

Tu vales muito!



Programa realizado
no âmbito do Estágio Curricular,
na Universidade Católica Portuguesa.

Estagiárias

Ana Luísa Faria

Bruna Filipa Rodrigues

Rosa Maria Araújo

Sob orientação de

Dr^a. Sónia Dias

Sob a supervisão de

Prof.^a Doutora Ângela Azevedo

Ano letivo 2014/2015



Tu vales muito!



Índice

Fundamentação teórica	3
Ficha técnica do programa	8
Público-alvo	8
Objetivos gerais	8
Objetivos específicos	9
Intervenientes	9
Início e fim do programa	10
Apresentação das sessões	11
Sessão 1 - <i>Bem-vindo! Vamos apresentar-nos</i>	11
Sessão 2 - <i>O Festinhas no Ego</i>	14
Sessão 3 - <i>Sinto-me bem como sou</i>	16
Sessão 4 - <i>Devagar, devagarinho, chegamos ao final do caminho!</i>	19
Lista de anexos	22
Referências Bibliográficas	24



Fundamentação teórica

O contexto educativo, escola, é fundamental para o desenvolvimento das crianças e adolescentes, sendo que se constitui um lugar privilegiado para que os processos de socialização e de construção de identidade se iniciem. Segundo alguns autores (Senos & Diniz, 1998), esta construção da identidade possibilita o aumento do número de relações sociais do aluno, sendo que contribui para o aumento, manutenção ou alteração do seu autoconceito e autoestima. Já Coelho (2010), menciona que é nesta fase que as transições bem conseguidas poderão contribuir para o bem-estar das crianças e para uma maior autoconfiança e aprendizagem, isto é, se as crianças se adaptarem bem á mudança de ciclo e se estiverem bem, sob o ponto de vista socio afetivo e cognitivo tornar-se-ão crianças felizes e aptas para as novas aquisições nesta nova fase. Existem alunos que revelam uma maior capacidade em se ajustar e gerir as mudanças do que outros, o que poderá estar relacionado com aspectos contextuais, familiares e desenvolvimentais (Coelho, 2010).

Nos últimos anos as causas do insucesso escolar têm sido alvo de atenção por parte de inúmeros profissionais, nomeadamente dos da área da educação (Martini, 2008). Neste sentido, têm surgido vários estudos nos quais tem sido possível identificar um conjunto de variáveis que se relacionam e influenciam o desempenho escolar do aluno.

A motivação é uma delas, sendo um conjunto de mecanismos biológicos e psicológicos que permitem o desencadear da ação, orientação e, finalmente, da intensidade e persistência. Quanto mais motivado se está, maior é a atividade e mais persistente é esta. Podemos dizer que o interesse é um dos geradores da motivação e também do envolvimento, visto ser indispensável à aprendizagem, melhorando a qualidade do trabalho, bem como o empenho escolar dos alunos. Pelo contrário, o desinteresse provoca a fadiga, sendo uma das fontes originárias da desmotivação. Portanto, para haver participação no processo de ensino-aprendizagem é fundamental haver motivação, e para haver motivação é necessário a participação e o envolvimento dos alunos nas atividades escolares. Ao longo dos anos, vários são os investigadores que se debruçam sobre o que é a motivação, qual o seu papel e a sua influência na vida dos indivíduos, como forma essencial para uma adaptação positiva ao meio social onde o



sujeito está inserido. O comportamento do sujeito é uma resposta dos interesses, das motivações, das expectativas e das crenças do mesmo, resultantes das interações com o meio. Assim, o comportamento motivado do sujeito é fundamental no desenvolvimento do indivíduo, nos diferentes contextos da sua vida (familiar ou escolar) e ao longo das várias fases do ciclo de vida. Assim, o comportamento motivado, bem como as conceções pessoais dos sujeitos estão implícitos em todas as tarefas do sujeito, sendo postas à prova ao longo de toda a vida, gerando emoções positivas (orgulho, contentamento) e emoções negativas (vergonha, descontentamento) (Faria, 2013).

A motivação não atua de forma isolada nos diversos contextos da vida do sujeito, principalmente no contexto educacional, ela socorre-se de conceitos como: o autoconceito, a autoestima, a autoeficácia, as atribuições causais e também, de certo modo, as conceções pessoais de inteligência, conceitos que são fundamentais na vida do sujeito que vive em sociedade, pois tocam todas as áreas de vida (Faria, 2008).

Para se poder compreender a forma como os sujeitos lidam com a transição de ciclo, deve-se considerar as características do novo contexto, assim como, as características pessoais que modelam a forma como o sujeito se percebe e atua nesse mesmo contexto (Peixoto, 2003). Deste modo, é previsível que muitos jovens apresentem dificuldades na sua adaptação, o que pode refletir-se na sua autoestima e nas diferentes dimensões do autoconceito. Sendo teorias do *self*, o autoconceito e autoestima, o primeiro tem um caráter essencialmente cognitivo e o segundo refere-se a aspetos avaliativos e emocionais, associada à dimensão avaliativa do autoconceito.

A definição do autoconceito, é definida por Dias e Fontaine (2001) considerando que “ o autoconceito compreende potenciais desejos, valores, objetivos e receios, ou seja, um conjunto de imagens possíveis que poderão variar conforme o contexto específico e, que o indivíduo se encontra, sendo na sua globalidade tanto regulador do comportamento presente, como um conjunto de referenciais que permitem dar significado ao comportamento passado e motivar o comportamento futuro” (P.256). Já Vaz Serra (1988) define-o como sendo “ a percepção que o indivíduo tem de si próprio enquanto ser físico, social e espiritual ou moral (p. 127). Faria, 2013, caracteriza-o como sendo a percepção que o sujeito tem de si próprio, ou seja, as suas atitudes, os seus sentimentos e o autoconhecimento acerca das suas capacidades, competências, bem como, a sua aparência física e aceitabilidade social. Este autoconhecimento desenvolve-



se a partir das experiências e do impacto que estas tiveram na vida do sujeito, nos diferentes contextos como, a escola, a família e o grupo de pares, bem como das interpretações que estes fazem dessas mesmas experiências. Também os reforços e as avaliações de pessoas significativas na vida do sujeito influenciam, modelam e alteram o seu comportamento. Para Shavelson, Hubner & Stanton (1976), é a perceção que cada pessoa possui sobre si própria, formada a partir da interpretação da sua experiência, sendo particularmente influenciada pelo esforço e *feedback* proporcionado pelos outros significativos, bem como pelos seus mecanismos cognitivos, tais como as atribuições causais.

Quanto à autoestima, esta é um conceito relativo ao valor moral e ao sentido de eficácia e de competência de cada sujeito (Wells & Marwell, 1976). Diz respeito à consequência da relação entre os êxitos do sujeito e as suas pretensões, ou seja, adquire valor positivo quando o sujeito se julgar competente para as atingir (Harter, 1985 cit. in Faria & Fontaine, 2014), sendo uma atitude do sujeito em relação ao *self* (Rosenberg, 1979), pode ser positiva se o indivíduo se avaliar como tendo valor e é respeitado pelos outros. Por outro lado, pode adquirir valor negativo se o sujeito se auto desvalorizar e se sentir insatisfeito consigo próprio e não se respeitar. Assim a definição do conceito da autoestima, é considerada como sendo o autorrespeito ou autovalorização (Rosenberg, 1985). Contudo, a autoestima é diferente da autoconfiança, pois a expectativa de vir a lidar eficazmente com um acontecimento pode contribuir para a autoestima mas não é necessariamente importante para que os sujeitos se avaliem como pessoas com valor.

As características da autoestima é então referida como a *avaliação do eu*, recorrendo a fatores de essência emocional e assumindo polos positivos ou negativos; adquirida ao longo do desenvolvimento, pela experiência e pela observação das reações dos outros aos nossos comportamentos (Correia, 1991). Assim, é um “sentimento de se estar satisfeito consigo próprio e de se ter globalmente valor como pessoa” (Dias & Fontaine, 2001, p.270). As características de indivíduos com elevada autoestima, têm elevada autoaceitação, gostam de si próprios, têm respeito por si próprios e consideram-se pessoas de valor.

Como é possível verificar através da literatura existente, a partir da década de 70 do século XX, estudos centraram-se em explicar o sucesso académico e adaptação escolar com base noutras variáveis para além da capacidade intelectual. Embora não



sendo esses estudos de todo conclusivos, considera-se que poderá existir uma relação entre o autoconceito e o sucesso académico. Assim, a importância de intervir com alunos de faixas etárias mais novas e principalmente numa fase de transição de ciclo que requer muitas mudanças (Dweck, 1999), como no caso do 5º ano de escolaridade, onde os alunos se deparam com mais disciplinas, diversos professores, mais TPCs e mais avaliações a realizar, onde se deparam ainda, com um contexto maior e com alunos mais velhos.

Quanto à relação da autoestima e sucesso académico, embora haja também ausência de comprovação de relação causa efeito, sabe-se que os sentimentos (positivos ou negativos) que o indivíduo apresenta acerca de si próprio influenciam significativamente aspetos como o rendimento escolar, a saúde mental e o relacionamento estabelecido com os outros. Embora noutro ciclo de formação, Peixoto (1998), desenvolveu um estudo realizado com alunos do 9.º ano, onde verificou que a autoestima global e o sucesso escolar se encontravam positivamente correlacionados.

Em síntese, podemos dizer que o autoconceito é um constructo complexo que congrega aspetos cognitivos, emocionais e sociais, o qual sofre transformações à medida que o sujeito vai ultrapassando as várias fases do ciclo de vida e influências das interações sociais. Já a autoestima é uma considerada como uma componente essencialmente emocional inerente à avaliação que o sujeito realiza de si próprio, pelo que uma autoestima positiva significa que o sujeito experiencia sentimentos positivos sobre si próprio. A autoestima sofre igualmente modificações consoante a fase de desenvolvimento em que o indivíduo se encontra.

Importa chamar a atenção para a importância do papel do professor no processo motivacional dos alunos, pois o clima que proporciona dentro da sala de aula e a sua relação com o aluno irá ter influência significativa na promoção da aprendizagem e na promoção da motivação para que o sucesso escolar possa ser alcançado (Lourenço e De Paiva, 2010).

É com base nestes pressupostos que se tem tornado pertinente estudar, investigar, compreender e intervir de forma preventivo e/ou remediativo na motivação, na autoestima e no autoconceito em contexto escolar. Sendo importante perceber a influência destes três constructos no desempenho escolar do aluno. Assim, julgou-se essencial que as atividades do programa *Tu vales muito!* surgissem como uma



Tu vales muito!



oportunidade de os alunos refletirem sobre as perceções que os outros têm de si, analisar se as opiniões dos outros coincidem com que cada um tem de si próprio e analisar o efeito das opiniões dos outros na sua autoidentidade e autoestima, possibilitando modificar as crenças menos positivas e de seguida, facilitando estratégias para resolução de problemas do dia-a-dia.



Ficha técnica do programa

Público-alvo

Este programa de intervenção destina-se a três turmas do 5º ano de escolaridade da escola EB2/3 Frei Caetano Brandão pertencente ao Agrupamento de Escolas de Maximinos, em Braga.

A escolha dos intervenientes deve-se ao facto do programa ter, acima de tudo, um carácter preventivo, no sentido de capacitar as crianças de competências de autoconhecimento, de autoestima bem como de motivação inerente ao ingresso no primeiro ano do 2º ciclo, ou seja, a entrada para o 5º ano de escolaridade que em muito contribui para o sucesso das aprendizagens futuras. Bem como dotar os alunos de estratégias de resolução de problemas.

A divulgação do programa será feita por carta (anexo 1), entregue pelo Diretor de Turma aos alunos do 5º ano, que por sua vez, entregaram aos seus Encarregados de Educação. A carta contará em anexo com uma ficha de inscrição (anexo 2), para que os Encarregados de Educação que inscrevam os seus educandos para a participação no programa, possam preencher o documento e proceder à entrega do mesmo ao Diretor de Turma.

Objetivos gerais

- ★Preparar os alunos para lidarem, de forma mais ajustada, com as mudanças e transições inerentes ao 2º ciclo;
- ★Tornar os participantes conscientes das suas auto percepções e crenças relativamente a si próprio e promover a aquisição de estratégias para controlar estas crenças de forma a desenvolver um sentimento de competência superior e sentimentos de controlo nos vários contextos, essencialmente, académico;
- ★Promover o autoconhecimento;
- ★Promover a autoestima;
- ★Prevenir os problemas e dificuldades com que os alunos possam vir a deparar-se, capacitando-os de estratégias para resolução de problemas.



Objetivos específicos

- ★ Clarificar o papel do psicólogo na escola;
- ★ Promover uma atitude positiva perante a transição para o 5º ano;
- ★ Promover o desenvolvimento de estratégias pessoais de adaptação associadas às mudanças inerentes à transição;
- ★ Promover competências sociais nos alunos;
- ★ Promover as relações interindividuais no grupo;
- ★ Identificar e modificar crenças de autoeficácia irrealistas;
- ★ Encorajar crenças acerca da natureza mutável da competência ou da capacidade para aprender é um aspeto de mudança e modificável;
- ★ Favorecer a manutenção de uma perspetiva positiva e otimista relativamente ao comportamento;
- ★ Fomentar o autoconhecimento global;
- ★ Conhecer os efeitos que diferentes padrões atribucionais exercem nos pensamentos e afetos relacionados com o estudo ou outros;
- ★ Promover a autoestima;
- ★ Motivar para o conhecimento e diferenciação de sentimentos e emoções;
- ★ Promover a motivação nas actividades escolares.

Intervenientes

A implementação do programa terá lugar numa sala de aula da Escola EB 2/3 Frei Caetano Brandão cedida para o efeito. Cada grupo será constituído pelo número de elementos que contém cada turma, desde que previamente inscritos no programa. O Programa é composto por quatro sessões de 45 minutos cada (duração da aula de OC) e será aplicado pelas Psicólogas Estagiárias, Ana Luísa Faria, Bruna Filipa Rodrigues ou Rosa Maria Araújo, com a supervisão da orientadora de estágio, a Psicóloga do Agrupamento de Escolas de Maximinos, Sónia Dias.

Das três turmas do 5ºano onde será implementado o programa, o número mínimo de alunos por grupo são 20 e o número máximo 29 alunos, sendo que os grupos



Tu vales muito!



não são divididos como seria desejável, uma vez que além de não existirem salas disponíveis, é necessária a presença do professor titular na sessão.

Início e fim do programa

A duração prevista para a implementação do programa é de 4 semanas, sendo que haverá lugar apenas para uma sessão semanal, cujo dia varia tendo em conta as turmas, sendo que as sessões decorrerão nas aulas de Oferta Complementar. Cada sessão terá uma duração aproximada de 45 minutos. O programa tem início no dia 9 de abril de 2015 e término no 1 de maio do mesmo ano.



Apresentação das sessões

1ª Sessão - “Bem-vindo! Vamos apresentar-nos...”

Objetivos específicos:

- ✿ Apresentar os participantes do programa de intervenção;
- ✿ Clarificar o papel do psicólogo na escola;
- ✿ Promover o envolvimento dos participantes no programa de intervenção;
- ✿ Explorar os conteúdos e os objetivos do programa de intervenção;~
- ✿ Encorajar crenças acerca da natureza mutável da competência ou da capacidade para aprender é um aspeto de mudança e modificável;
- ✿ Recolher informações autoestima dos participantes no pré-teste.
- ✿ Favorecer a manutenção de uma perspetiva positiva e otimista relativamente ao comportamento

Duração da sessão: 45 minutos

Intervenientes:

- ✿ Psicóloga
- ✿ Alunos

Materiais necessários:

- ✿ 1 Lenço de pano
- ✿ Pré-teste *Escala de autoestima para adolescentes*
- ✿ Folha de presença *Eu estive cá!*
- ✿ Esferográfica
- ✿ PowerPoint
- ✿ Vídeo motivacional *O sapinho*
- ✿ Documento *Como me sinto hoje?*
- ✿ Projetor
- ✿ Folha de avaliação da sessão *Eu avalio*



Identificação das atividades:

1º Atividade: “Lencinho de mão em mão”

2º Atividade: “O programa consiste em...”

Descrição das atividades:

Inicia-se a sessão dando as boas vindas a todos os participantes do programa “Tu vales muito!”. De seguida, é realizada uma breve apresentação da dinamizadora, sensibilizando para a pertinência do papel do Psicólogo Escolar, esclarecendo que este tem como função intervir com todas as crianças de forma preventiva, havendo ou não dificuldades por parte delas.

De seguida pede-se a todos os intervenientes que se sentem em cadeiras, dispostas em círculo e as psicólogas dão início à primeira atividade “Lencinho de mão em mão”, com o objetivo de apresentar os intervenientes, colocando-os à vontade para se conhecerem melhor, uma vez que vão trabalhar em conjunto. A atividade consiste num jogo em que todos os participantes são envolvidos. Uma das psicólogas com o lenço (anexo 1.1) na mão explicará as regras do jogo e apresentará as várias questões, que cada participante que tenha o lenço, terá que responder, por exemplo o nome, a idade, ou o que mais gosta de fazer. Dando assim início ao jogo, cada participante, aleatoriamente, colocará atrás de uma das cadeiras onde está sentado um outro participante, o lenço. Enquanto isto, pronuncia a Lengalenga do lencinho “O lencinho vai na mão, ele vai cair ao chão, quem olhar para trás, vai ter de pegar nele na mão”. O jogo terminará quando todos os elementos estiverem apresentados.

Seguidamente administra-se o pré-teste *Escala de autoestima para adolescentes* (anexo 1.2), com o objetivo de perceber qual o nível de autoestima de cada aluno antes e depois do programa, de forma a perceber se o programa surtiu efeito significativo nos alunos. Depois da aplicação deste, foi desconstruído o conceito do papel do psicólogo na escola, realizando perguntas sobre o que as crianças pensam do psicólogo e clarificando as funções deste (anexo 1.3).

Posteriormente, as psicólogas deram início à segunda atividade *O programa consiste em....* Esta atividade consistiu numa breve apresentação (anexo 1.4) dos conteúdos programáticos que iriam ser abordados durante as sessões seguintes. Foi



Tu vales muito!

ainda comunicado que, caso os alunos participem em todas as sessões assiduamente e de forma ativa, no final receberão uma surpresa simbólica.

Já na parte final da sessão as psicólogas incentivam ao diálogo entre os participantes, onde é pretendido que se abordem as expectativas do programa. De seguida, mostrar-se-á aos alunos um vídeo *O sapinho* (anexo 1.5), com o objetivo de motivar os alunos para o programa.

No final, passar-se-á a folha de presença *Eu estive cá!* (anexo 1.7) relativa à presença e participação dos alunos na sessão. Será ainda passada a folha *Eu avalio* para a avaliação relativa a todas as atividades desta sessão (anexo 1.8) e ainda as carinhas utilizadas pelas crianças (anexo 1.8.1).

Para concluir a sessão, as dinamizadoras despedem-se das crianças motivando-as a não faltarem na próxima sessão pois vão aprender coisas novas e interessantes.

Tarefa inter sessão: Será proposto a todos os alunos, que, nas próximas 4 semanas (duração do programa) apontem, no final do dia, como se sentiram. Para tal, ser-lhes-á entregue o documento *Como me sinto hoje?* (anexo 1.6) para que estes possam realizar a atividade.



Tu vales muito!

2ª Sessão: “Festinhas no Ego”

Objetivos específicos:

- ☼ Compreender as experiências emocionais;
- ☼ Promover a capacidade de diferenciação dessas experiências;
- ☼ Inculcar competências para lidar com os diferentes sentimentos e emoções.

Duração da sessão: 45 minutos

Intervenientes:

- ☼ Psicólogas
- ☼ Alunos (turma do 5º ano escolaridade)

Materiais necessários:

- ☼ O papel das emoções
- ☼ O mapa das emoções
- ☼ Imagens
- ☼ Sentimentos que eu gosto e não gosto
- ☼ Folha de presenças *Eu estive cá!*
- ☼ Avaliação da sessão *Eu avalio*

Identificação das atividades:

- ☼ 1ª Atividade: “O que são emoções?”
- ☼ 2ª Atividade: “O que vejo?”

Descrição das atividades:

A sessão iniciava através de um diálogo com os alunos sobre como correu a sua semana e com um *remember* da sessão anterior, recordando o que foi feito na mesma. De seguida a psicóloga explora com as crianças *O papel das emoções* (anexo 2.1),



Tu vales muito!

nomeadamente, a distinção entre o que é bom e mau para nós e como o conseguimos perceber, explicando o sistema de emoções, explorando os órgãos dos sentidos e ainda, algumas semelhanças e diferenças entre as emoções. De seguida, far-se-á com os alunos um pequeno teste *O mapa das emoções* (anexo 2.2) por forma a abordar o mapa das emoções. Para esta atividade, a psicóloga leva para a sessão uma caixa com tantos números quantos cada turma tiver. O número que sair corresponde ao aluno que tomará a decisão (sim ou não). Com esta atividade introduzem-se as principais emoções (ansiedade, tristeza, alegria, amor, aversão, vergonha, ira (raiva) e surpresa. Estas emoções serão brevemente explicadas e trabalhadas com os alunos, através do diálogo e debate.

Posteriormente, pretende-se operacionalizar os conceitos aprendidos na atividade anterior, mostrando aos alunos algumas imagens (anexo 2.3) com o objetivo de estes refletirem sobre que emoção espelha cada imagem.

Com esta atividade será pretendido, além da cristalização do que foi aprendido, prática e reflexão sobre as emoções e sentimentos.

Finalmente, será entregue a folha de presenças *Eu estive cá!* (anexo 2.5) e realizada a avaliação relativa a todas as atividades da sessão *Eu avalio* (anexo 2.6) e ainda as carinhas utilizadas pelas crianças (anexo 2.6.1).

Para concluir a sessão, as dinamizadoras despedem-se das crianças motivando-as a não faltarem na próxima sessão pois vão aprender coisas novas e interessantes.

Nota: esta sessão teve por base o livro de Paulo Moreira “Emoções e Sentimentos Ilustrados”.

Tarefa inter sessão: Será entregue aos alunos o documento *Sentimentos que eu gosto e não gosto* (anexo 2.4) com o objetivo que estes, durante a próxima semana, pensem, tendo em conta o que foi trabalhado na sessão, quais os sentimentos que mais lhes agradam e menos.



Tu vales muito!

3ª Sessão – “Sinto-me bem como sou!”

Objetivos específicos:

- ☼ Promover a autoestima e sentimentos positivos em relação a si próprio;
- ☼ Explorar a ideia de aceitar elogios;
- ☼ Promover o conhecimento das capacidades pessoais;
- ☼ Ajudar no desenvolvimento da própria identidade e o conhecimento das características pessoais;
- ☼ Clarificar a importância do heteroconceito na formação da identidade pessoal.

Duração da sessão: 45 minutos

Intervenientes:

- ☼ Psicólogas
- ☼ Alunos (turma do 5º ano de escolaridade)

Materiais da sessão:

- ☼ Espelhos
- ☼ Folhas
- ☼ Lápis
- ☼ Folha de presenças
- ☼ Avaliação da sessão

Identificação das atividades:

- 1ª atividade: “Arco-íris”
- 2ª atividade: “A minha árvore!”
- 3ª atividade: “Espelho Mágico”



Descrição da atividade: A sessão inicia através de um diálogo com os alunos sobre como correu a sua semana e com um *remember* da sessão anterior, recordando o que foi feito na mesma, assim como, uma reflexão/esclarecimento em relação à tarefa de inter-sessão, durante 10 minutos.

Num primeiro momento, será pedido a cada aluno que escolha uma das cores do *Arco-íris* (anexo 3.1) para caracterizar como habitualmente se sente e refira ainda qual a cor que espelha os seus sentimentos naquele dia. Com esta atividade pretendemos que as crianças se consciencializem de como se costumam sentir no dia-a-dia e nos diferentes contextos em que estão inseridas. Assim, compreenderemos se as mesmas se sentem felizes consigo próprias e, aquelas que não sentirem, tentaremos valorizar a sua autoestima e autoconfiança nas atividades seguintes.

Posteriormente, será entregue às crianças uma folha com uma árvore impressa, *A minha árvore* (anexo 3.2) e um envelope que contém sentimentos positivos e negativos (anexo 3.2.1). É pedido aos alunos que cole na sua árvore as frases com as quais mais se identificam. Por um lado, pretende-se com este exercício que a criança consiga nomear as suas capacidades pessoais e êxitos e ainda acreditar em si própria, bem como ser capaz de afastar pensamentos negativos. Por outro lado, o objetivo deste exercício será verificar se as crianças colocam o mais importante para elas na raiz da árvore e o menos importante no cimo da mesma.

Finalmente, na terceira atividade *Espelho mágico* (anexo 3.3) será pedido às crianças que, com recurso a um espelho se elogiem, uma vez que quando somos elogiados ou nos elogiamos a nossa autoestima e autoconfiança aumenta. Todas as atividades realizadas nesta sessão têm como principal objetivo dotar as crianças de competências de valorização pessoal enquanto alunos e nos restantes papéis da sua vida.

Finalmente, será entregue aos alunos a folha de presenças (anexo 3.4) e de seguida a avaliação das sessões (anexo 3.6) e ainda as carinhas utilizadas pelas crianças (anexo 3.6.1).

Para concluir a sessão, as dinamizadoras despedem-se das crianças motivando-as a não faltarem na próxima sessão pois vão aprender coisas novas e interessantes.

Tarefa inter sessão: Será entregue às crianças uma folha com espaços nos quais os mais próximos (pais, irmãos, avós, amigo, professor e auxiliar), pessoas mais



Tu vales muito!



significativas ao mesmo, possam escrever o que pensam sobre elas. Caso os aspetos mencionados por estes sejam menos positivos, trabalhá-los-emos na próxima sessão (anexo 3.5).



4ª Sessão – “Devagar, devagarinho chegamos ao final do caminho!”

Objetivos específicos:

- ✿ Proporcionar às crianças conhecimentos sobre os problemas;
- ✿ Ajudar as crianças a perceber que há muitas maneiras de resolver problemas;
- ✿ Ajudar as crianças a identificar as competências de resolução de problemas que já possuem e dota-las de novas aptidões.
- ✿ Promover a aquisição de competências de autoavaliação sobre o empenho e participação de cada aluno, ao longo das sessões;
- ✿ Proporcionar às crianças, através do relaxamento, estratégias de autocontrolo;
- ✿ Perceber a eficácia do programa, através da avaliação das crianças.

Duração da sessão: 45 minutos

Intervenientes:

- ✿ Psicólogas
- ✿ Alunos (turma do 5º ano de escolaridade)

Materiais da sessão:

- ✿ *Power Point*
- ✿ Projetor
- ✿ Folha de presenças *Eu estive cá!*
- ✿ Folhas de avaliação da sessão *Eu avalio*
- ✿ Marcadores de livros
- ✿ Relaxamento
- ✿ Pós-teste *Escala de autoestima para adolescentes*

Identificação das atividades:

- 1ª atividade: “A Formiga-General”
- 2ª atividade: “Subindo a árvore”
- 3ª atividade: “É hora de relaxar!”



Descrição das atividades:

A sessão inicia como habitualmente, fazendo um resumo da sessão anterior, bem como um esclarecimento da tarefa de inter sessão realizada em casa, durante 10 min.

Iniciamos a sessão com a atividade *A Formiga-General* (anexo 4.1), esta é uma história que utilizaremos para explicar o modelo PLEA – Planeamento, Execução e Avaliação (Rosário, Núñez & González-Pienda, 2007). A primeira fase – planificação – significa pensar naquilo que queremos fazer e preparar um plano para sabermos quando e como o faremos. Assim, as crianças analisam a tarefa de aprendizagem, avaliando os seus recursos pessoais e elaboram um plano que os conduza do idealizado ao realizado. A segunda fase – execução – refere-se à colocação do plano estabelecido em prática, à implementação de um conjunto organizado de estratégias de aprendizagem, ao controlo e monitorização da sua eficácia, tendo em vista o que tinha sido planeado. Finalmente, a terceira fase – avaliação - consiste em julgar se essas tarefas de aprendizagem estão a acontecer como previsto, analisando a relação entre o idealizado e os objectivos estabelecidos, equacionando os porquês. Os resultados desta fase final sustentam a planificação de novas tarefas, reiniciando assim, o ciclo autorregulatório.

Seguidamente, iniciaremos a segunda atividade *Subindo a árvore* que tem como objetivo clarificar melhor todos os conceitos previamente explorados, recorrendo a exemplos práticos do dia-a-dia das crianças, através da utilização analógica da árvore (anexo 4.2) “Para chegar ao topo de uma árvore, é preciso começar a trepar, mas subindo um ramo de cada vez”. Alguns dos exemplos acima mencionados:

- 1) Como se come uma sandes;
- 2) Como se prepara a mochila;
- 3) Como se prepara uma ida à piscina/praiã;
- 4) Como se realizar os trabalhos de casa e;
- 5) Como se prepara a prenda para o dia do/a pai/mãe.

Posteriormente, será entregue às crianças marcadores de livros (anexo 4.3), para que estas os possam usar com o fim de decorarem os seus materiais escolares, por forma a recordá-los do que aprenderam durante as sessões, motivando-os para a leitura bem como para que sirvam de lembrança de participação do programa “Tu vales muito!”.



De seguida, será realizado com os alunos um relaxamento (anexo 4.4), com recurso a música (anexo 4.5), com o objetivo de lhes fornecer estratégias para controlar a ansiedade, o *stress* e a angústia sentidos nos momentos antecedentes a testes, períodos de exames, bem como em momentos da vida pessoal, muito referenciado pelos professores como sendo importante para os alunos.

Posteriormente, será entregue a folha de presenças *Eu estive cá!* (anexo 4.6) e realizada a avaliação da sessão *Eu avalio* (anexo 4.7) e ainda as carinhas utilizadas pelas crianças (anexo 4.7.1).

Em jeito de conclusão, será demonstrado por parte das estagiárias, o interesse na opinião dos alunos sobre o programa, quer positivamente ou não, das várias sessões e ainda saber o que gostaram mais ou menos de aprender, como se sentiram, o que poderia ser melhorado entre outras coisas. Para isto será entregue, individualmente, o pós-teste (anexo 4.8) do programa intitulado *Escala de autoestima para adolescentes*.

Finalmente, será ainda realçado que qualquer dúvida ou dificuldade que os alunos sintam, tenha sido um tema abordado nas sessões ou não, poderão sempre entrar em contato com o Gabinete de Psicologia do Agrupamento de Maximinos, para conversar com qualquer uma das estagiárias ou com a Dr^a Sónia, para poder encontrar estratégias de ajuda no problema/dificuldade sentida pelas crianças.

Tarefa inter sessão: Pedir à criança para que em casa, junto dos pais, pensem num problema (resolução de um trabalho de casa ou tarefa doméstica) e coloque em prática todas as fases de resolução desse problema.



Lista de anexos

Os anexos deste programa encontram-se em formato CD-ROM, apensado a este documento.

Anexo 1 – Carta de apresentação do programa aos pais e ficha de inscrição

Sessão 1

Anexo 1.1 – Lenço

Anexo 1.2 – Pré-teste *Escala de autoestima para adolescentes*

Anexo 1.3 – Papel do psicólogo

Anexo 1.4 - Apresentação dos conteúdos programáticos

Anexo 1.5 – Vídeo motivacional *O Sapinho*

Anexo 1.6 – Tarefa inter sessão - *Como me sinto hoje?*

Anexo 1.7 - Folha de presença *Eu estive cá!*

Anexo 1.8 – Avaliação da sessão *Eu avalio*

Anexo 1.8.1 – Carinhas da avaliação da sessão

Sessão 2

Anexo 2.1 – Ficha *O papel das emoções*

Anexo 2.2 – Documento *Mapa das emoções*

Anexo 2.3 – Imagens

Anexo 2.4 – *Sentimentos que eu gosto e não gosto*

Anexo 2.5 – Folha de presença *Eu estive cá!*

Anexo 2.6 – Avaliação da sessão *Eu avalio*

Anexo 2.6.1 – Carinhas da avaliação da sessão

Sessão 3

Anexo 3.1 – *Arco-íris!*

Anexo 3.2 – *A minha árvore!*

Anexo 3.2.1 – *Sentimentos positivos e negativos*

Anexo 3.3 – *Espelho mágico!*



Tu vales muito!

Anexo 3.4 – Folha de presenças *Eu estive cá*

Anexo 3.5 – Tarefa inter sessão *Dizem que eu sou...*

Anexo 3.6 – Avaliação da sessão *Eu avalio*

Anexo 3.6.1 – Carinhas da avaliação da sessão

Sessão 4

Anexo 4.1 – Estória Formiga-General!

Anexo 4.2 –Subindo à árvore!

Anexo 4.3 – Marcador de livros

Anexo 4.4 - Relaxamento

Anexo 4.5 – Música relaxamento

Anexo 4.6 – Folha de presenças *Eu estive cá!*

Anexo 4.7 – Avaliação da sessão *Eu avalio*

Anexo 4.7.1 – Carinhas da avaliação da sessão

Anexo 4.8 – Pós-teste *Escala de autoestima para adolescentes*



Referências Bibliográficas

- Coelho, M. T. O. (2010). *A transição do 1º ciclo para o 2º ciclo do ensino básico: Um contributo para o estudo de um problema num Agrupamento de Escolas do Litoral Alentejano*. Tese de Mestrado. Universidade do Algarve. Faro.
- Correia, (1991). Auto-percepção e auto-estima em crianças com repetência no 1º ano do ensino. *Psicologia*, 1, 45-55.
- Dias, M. G. F., & Fontaine, A. M. (2001). *Tarefas desenvolvimentais e bem-estar durante a adolescência*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Dweck, C. S. (1999). *Self-theories: their role in motivation, personality, and development*. Philadelphia, P.A.: Psychology Press.
- Faria, L. (2008). *Motivação para a competência. O papel das concepções pessoais de inteligência no desempenho e no sucesso*. Porto: Livpsic, 1-95.
- Faria, L. (2013). Motivação para a competência, desempenho e sucesso; o que os futuros psicólogos devem saber e saber fazer. In Dias, P. (Eds.). *Ensino da Psicologia: Reflexões & práticas*. Braga: ALETHEIA.
- Faria, L. & Fontaine, A. M. (2014). Adaptação do Self-Perception Profile for Children (SPPC) de Harter a crianças e pré-adolescentes. *Psicologia*, 10 (3), 129-142.
- Lourenço, A. & De Paiva, M. (2010). A motivação escolar e o processo de aprendizagem. *Ciências & Cognição*, 15 (2), 132-141.
- Martinelli, S. & Genari, C. (2009). Relações entre desempenho escolar e orientações motivacionais. *Estudos de Psicologia*, 14 (1), 13-21.
- Peixoto (1998) Auto-conceito(s), auto-estima e resultados escolares: A influência da repetência no(s) auto-conceito(s) e na auto-estima de adolescentes. In M. Alves-Martins (Ed.), *Actas do IX Colóquio de Psicologia e Educação* (pp.5 1-69). Lisboa: I.S.P.A.
- Peixoto, F. J. B. (2003). *Auto-estima, Auto-Conceito e dinâmicas relacionais em contexto escolar*. Tese de Doutoramento. Universidade do Minho. Braga.



Tu vales muito!



- Rosenberg, (1985). *Self-concept and psychological well-being in adolescence*. In R. Leach (Ed.), *The Development of Self* (pp. 205-246). Orlando: Academic Press.
- Rosenberg, M, (1979). *Conceiving the Self*. USA: Basic Books.
- Senos, J. & Diniz, T. (1998). Autoestima, resultados escolares e indisciplina. Estudo exploratório numa amostra de adolescentes. *Análise Psicológica*, 26 (2), 267-276.
- Serra, A. S. V. (1988). O auto-conceito. *Análise Psicológica*, 6 (2), 101-110.
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J., & Stanton, G. C. (1976). Self-concept: Validation of construct interpretations. *Review of educational research*, 407-441.
- Wells & Marwell (1976). Self-Esteem: its conceptualization and measurement. *Sage Library of Social Research*, (20). Sage Publications.

Anexo 20 - Programa Orientação Vocacional 9º ano “A escolha certa!”



Apresentação do Programa de Orientação Vocacional

A escolha certa!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

A psicóloga:
Rosa Araújo

Sob orientação de:
Sónia Dias



Índice

- 1 Tema e pertinência do programa
- 2 Ficha técnica do programa
- 3 Objetivos do programa
- 4 Breve apresentação das sessões
- 5 Breve apresentação das sessões com os pais/encarregados de educação

2

Tema e pertinência do programa

"A escolha certa!"

Tema

Orientação vocacional

Pertinência

A pertinência da realização desta atividade prende-se com o facto de os alunos do 9º ano de escolaridade se encontrarem num momento de transição para o ensino secundário. Na base deste processo está uma escolha, assim, com este programa pretende-se fomentar o desenvolvimento da maturidade vocacional e a tomada de decisão.

Ficha técnica do programa

Público Alvo:

Alunos do 9º ano de escolaridade

Frequência:

Mensal

As sessões decorrem dentro do horário letivo (45min)

Número de sessões:

6 + 1

Início: entre 14 e 20 de Janeiro de 2015

Término: entre 13 e 27 de Maio de 2015

4

Objetivos do programa

- Promoção do autoconhecimento dos alunos e do relacionamento dessa componente nas alternativas vocacionais (Pinto & Janeiro, 2002);
- ◎ Aquisição de conhecimentos sobre os papéis sociais, as fases e contextos de vida, as áreas de atividade e de formação, assim como a aplicação na exploração e no planeamento dos seus percursos de vida (Pinto & Janeiro, 2002);

5

Objetivos do programa

- ◎ Promoção de conhecimentos sobre o mundo do trabalho, das profissões e do emprego (Taveira, 2004), nomeadamente de cursos e escolas;
- Promoção de competências de tomada de decisão (Taveira, 2004);
- ◎ Compreensão da importância da formulação de projetos vocacionais (Pinto & Janeiro, 2002).

6

Apresentação das Sessões

- Sessão 1: "Quem somos nós?"
- Sessão 2: "Despertando os meus interesses..."
- Sessão 3: "O que irei descobrir..."
- Sessão 4: "Explorando os meus valores..."
- Sessão 5 e 6: "Do que sou capaz..."
- Sessão 7: "Quais serão as novidades..."

7

Sessão 1: "Quem somos nós?"

- ★ Apresentação dos intervenientes;
- ☆ Apresentação do programa aos alunos;
- ★ Conhecer os alunos, através da realização de um breve questionário;
- ☆ Entrega aos alunos de um *Genograma* das profissões familiares, para realizar em família.

8

Sessão 2: "Despertando os meus interesses..."

- ★ Discussão e reflexão acerca das profissões encontradas no *Genograma* das profissões;
- ☆ Exploração dos interesses dos alunos, através de uma ficha: "*Os meus interesses*".

9

Sessão 3: "O que irei descobrir..."

- ☆ Aplicação do instrumento *Interesses e Preferências Profissionais* (IPP), de modo a que se possa proceder a uma avaliação concreta dos interesses dos alunos, para que posteriormente se possam dar indicações o mais claras possíveis;
- ★ Esclarecimento de dúvidas acerca dos cursos do Ensino Secundário e Profissional, como as escolas, onde se situam, as condições de acesso, em que consistem os cursos, entre outras dúvidas.

10

Sessão 4: "Explorando os meus valores..."

- ★ Exploração dos valores, através da realização de uma ficha: "*O valor dos valores!*";
- ☆ Realização de uma atividade de identificação dos principais valores.

11

Sessão 5 e 6: "Do que eu sou capaz..."

- ★ Aplicação da Bateria de Provas de Raciocínio (BPR);
- ☆ Diálogo acerca do programa;
- ★ Realização dos grupos para a entrega dos resultados dos instrumentos realizados (IPP e BPR).

12

Sessão 7: "Quais serão as novidades..."

- ☆ Apresentação dos resultados;
- ★ Reflexão sobre os mesmos.

13

Orientação Vocacional (9º ano) - Calendarização das sessões

ESMAX

Turma	Sessões					Final
	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª e 6ª	
985 Rosa Araújo	2ª feira - 20/janeiro 10.30 - 10.55 Sala: 2.9 História C. Fontes	2ª feira - 20/fevereiro 10.30 - 11.40 Sala: 2.9 Geografia Laura Rodrigues	2ª feira - 20/março 16.00 - 16.45 Sala: 2.6 EV J. Franqueira	6ª feira - 20/abril 09.10 - 09.55 Sala: 3.10 EF J. Ribeiro	2ª feira - 4/maio 11.55 - 11.25 Sala: 3.3 CN/FQ J. Carvalho/Sandra Bret	15 maio (6ª/tarde)
986 Bruna Rodrigues	2ª feira - 20/janeiro 09.10 - 09.55 Sala: 2.8 História Alapes	2ª feira - 9/fevereiro 10.10 - 10.55 Sala: 3.7 Geografia Laura Rodrigues	2ª feira - 10/março 17.00 - 17.45 Sala: 2.4 EV J. Franqueira	6ª feira - 20/abril 09.10 - 09.55 Sala: 3.10 EF J. Ribeiro	2ª feira - 5/maio 10.10 - 11.40 Sala: 3.3 CN/FQ J. Carvalho/Sandra Bret	18 maio (2ª/tarde)
987 Bruna Rodrigues	2ª feira - 10/janeiro 10.10 - 10.55 Sala: 2.4 EV J. Franqueira	2ª feira - 9/fevereiro 10.30 - 10.55 Sala: 3.7 História C. Fontes	6ª feira - 13/março 12.40 - 13.25 Sala: 3.10 EF J. Ribeiro	5ª feira - 9/abril 10.30 - 11.40 Sala: 2.1 FQ Ana Aires	5ª feira - 7/maio 16.00 - 17.45 Sala: 6.8 CN/FQ J. Carvalho/Laura Rodrigues	13 maio ou 27 maio (4ª/tarde)
988 Ana Luísa	2ª feira - 10/janeiro 10.30 - 11.40 Sala: 2.8 EV J. Franqueira	2ª feira - 9/fevereiro 10.10 - 10.55 Sala: 3.10 EF J. Ribeiro	2ª feira - 10/março 10.10 - 10.55 Sala: 3.8 Geografia Laura Rodrigues	5ª feira - 9/abril 15.15 - 16.00 Sala: 2.8 CN J. Carvalho	2ª feira - 4/maio 08.25 - 09.55 Sala: 2.9 FQ/Hist Ana Aires/C. Fontes	15 maio (6ª/tarde)

Orientação Vocacional 9º ano - Calendarização das Sessões

FREI

Turma	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª e 6ª	Final
981 Rosa Araújo	4ª Feira - 14 de janeiro 9.00 - Ludoteca EDF	3ª Feira - 10 de fevereiro 12.30 - 14 OC	3ª Feira - 24 de fevereiro 9.00 - Sala 10 EV	6ª Feira - 17 de abril 9.00 - Ludoteca EMRC	4ª Feira - 20 de maio 10.00 - Sala 9 CN/FQ	Tarde livre 982/983/984 4 3ª Feira 981 2ª, 3ª e 6ª
982 Bruna Rodrigues	4ª Feira - 14 de janeiro 10.45 - Ludoteca EDF	3ª Feira - 10 de fevereiro 10.45 - 14 OC	4ª Feira - 25 de fevereiro 10.00 - Sala 10 EV	6ª Feira - 10 de abril 10.45 - Sala 17 EMRC	4ª Feira - 13 de maio 8.15 - Sala 9 CN/FQ	
983 Ana Luísa Faria	4ª Feira - 14 de janeiro 10.00 - Ludoteca EDF	3ª Feira - 10 de fevereiro 10.00 - 14 OC	3ª Feira - 24 de fevereiro 8.15 - Sala 10 EV	2ª Feira - 13 de abril 17.00 - Sala 4 EMRC	4ª Feira - 20 de maio 11.45 - Sala 9 CN/FQ	
984 Ana Luísa Faria	5ª Feira - 15 de janeiro 17.00 - Ludoteca EDF	3ª Feira - 10 de fevereiro 11.45 - 14 OC	6ª Feira - 20 de fevereiro 10.00 - Sala 10 EV	4ª Feira - 8 de abril 8.15 - Sala 20 EMRC	2ª Feira - 18 de maio 11.45 - Sala 9 CN/FQ	

15

Sessões com os pais/encarregados de educação

2 sessões:
1ª cerca de 10 min
2ª cerca de 60 min

Pontualmente - no
início e final do
programa dos alunos

Início, entre 5 e 13 de
Janeiro de 2015
Término, 4 de Junho
de 2015

16

Objetivos

1ª Sessão.

"Apresentações..."

Objetivo

© Apresentar o programa de Orientação Vocacional desenvolvido com os alunos do 9º ano do Agrupamento de Escolas de Maximinos, durante o ano letivo 2014/2015.

2ª Sessão.

"Envolvendo-se no percurso
vocacional do seu filho..."

Objetivos

© Dar conhecimento dos percursos disponíveis depois do 9º ano de escolaridade, designadamente no que se refere à oferta de cursos e às disciplinas que os constituem;
© Divulgação dos resultados aos pais/encarregados de educação.

17

Muito
obrigada pela
atenção!

Encontro-me disponível para
esclarecimento de eventuais dúvidas.
Para isso pode usar o email
Rosita-mar@hotmail.com

18



“A ESCOLHA CERTA!”

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar



Será que me conheço?

Este questionário tem como objetivo uma reflexão acerca de ti mesmo. É importante que procures responder de forma assertiva e detalhada. Não existem respostas certas nem erradas.

Nome: _____

Turma: _____

Número: _____

• Acerca de mim

1. Como sou?

2. Quatro adjetivos que me caracterizam:

- a. Como filho sou _____.
- b. Como estudante sou _____.
- c. Como amigo sou _____.
- d. Como _____ sou _____.

3. Quatro adjetivos que os outros utilizariam para me caracterizar:

- a. Acho que os meus pais me consideram _____.
- b. Acho que a maioria dos professores me consideram _____.
- c. Acho que o meu melhor amigo me considera _____.

• Escola:

1. O que gostas mais de fazer, na escola?



“A ESCOLHA CERTA!”

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar



a. E o que gostas menos?

2. Quais são as disciplinas que mais gostas?

a. E as que menos gostas?

3. Preenche o seguinte quadro:

Disciplinas com resultados mais elevados	Disciplinas com resultados mais baixos

• Tempos Livres:

1. O que gostas de fazer nos teus tempos livres?

a. E o que gostas menos de fazer?



“A ESCOLHA CERTA!”

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

2. Tens atividades extra-curriculares? Se sim, qual ou quais?

a. Foste tu que escolhes-te praticar essa (s) atividade (s)?

b. O que te motiva na realização dessa (s) atividade (s)?

• Projetos para o futuro

1. Qual é o teu projeto escolar para depois do 9º ano de escolaridade? Assinala com uma X.

Curso orientado para o mercado de trabalho	
Curso orientado para o ensino superior	
Outro	
Ainda não está definido	

2. Indica por ordem de preferência quais são, neste momento, as três profissões que gostarias de vir a exercer:

1º _____ 2º _____ 3º _____



“A ESCOLHA CERTA!”

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar



3. Quais as principais razões que te levam a escolher as profissões que assinalaste?

4. Inúmera, de 1 a 5, quais as pessoas que mais influenciam as tuas escolhas para o futuro. (1- muito pouco; 2- pouco; 3- satisfatório; 4 - muito; 5 – Bastante)

Mãe _____ Pai _____ Amigos _____ Professores _____ Eu _____

Outros, _____



Obrigada!



Apresentação do Programa de Orientação Vocacional

A escolha certa!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar



Índice

- 1 Tema e pertinência do programa
- 2 Ficha técnica do programa
- 3 Objetivos do programa
- 4 Sessões

2

Tema e pertinência do programa

"A escolha certa!"

Tema

Orientação vocacional

Pertinência

A pertinência da realização deste programa prende-se com o facto de o 9º ano de escolaridade ser o ano de transição para o ensino secundário. Na base deste processo está uma escolha, assim, com este programa pretende-se fomentar o desenvolvimento da maturidade vocacional e a tomada de decisão.

Ficha técnica do programa

Público Alvo:

Alunos do 9º ano de escolaridade

Frequência:

Mensal

As sessões decorrem dentro do horário letivo (45min)

Número de sessões:

6 + 1

Início: entre 14 e 20 de Janeiro de 2015

Término: entre 13 e 27 de Maio de 2015

4

Objetivos do programa

- Promoção do autoconhecimento dos alunos e do relacionamento dessa componente nas alternativas vocacionais (Pinto & Janeiro, 2002);
- ⊗ Aquisição de conhecimentos sobre os papéis sociais, as fases e contextos de vida, as áreas de atividade e de formação, assim como a aplicação na exploração e no planeamento dos seus percursos de vida (Pinto & Janeiro, 2002);

5

Objetivos do programa

- ⊗ Promoção de conhecimentos sobre o mundo do trabalho, das profissões e do emprego (Taveira, 2004), nomeadamente de cursos e escolas;
- Promoção de competências de tomada de decisão (Taveira, 2004);
- ⊗ Compreensão da importância da formulação de projetos vocacionais (Pinto & Janeiro, 2002).

6

Apresentação das Sessões

Sessão 1: "Quem somos nós?"

Sessão 2: "Despertando os meus interesses..."

Sessão 3: "O que irei descobrir..."

Sessão 4: "Explorando os meus valores..."

Sessão 5 e 6: "Do que sou capaz..."

Sessão 7: "Quais serão as novidades..."

7

ORIENTAÇÃO VOCACIONAL 9º ANO - CALENDARIZAÇÃO DAS SESSÕES

FREI

Turma	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª e 6ª	Final
9º1 Rosa Araújo	4ª Feira – 14 de janeiro 9.00 – Ludoteca EDF	3ª Feira – 10 de fevereiro 12.30 – 14 OC	3ª Feira – 24 de fevereiro 9.00 – Sala 10 EV	6ª Feira – 17 de abril 9.00 – Ludoteca EMRC	4ª Feira – 20 de maio 10.00 – Sala 9 CN/FQ	Apresentação dos resultados (data a determinar)
9º2 Bruna Rodrigues	4ª Feira – 14 de janeiro 10.45 – Ludoteca EDF	3ª Feira – 10 de fevereiro 10.45 – 14 OC	4ª Feira – 25 de fevereiro 10.00 – Sala 10 EV	6ª Feira – 10 de abril 10.45 – Sala 17 EMRC	4ª Feira – 13 de maio 8.15 – Sala 9 CN/FQ	
9º3 Ana Luísa Faria	4ª Feira – 14 de janeiro 10.00 – Ludoteca EDF	3ª Feira – 10 de fevereiro 10.00 – 14 OC	3ª Feira – 24 de fevereiro 8.15 – Sala 10 EV	2ª Feira – 13 de abril 17.00 – Sala 4 EMRC	4ª Feira – 20 de maio 11.45 – Sala 9 CN/FQ	
9º4 Ana Luísa Faria	5ª Feira – 15 de janeiro 17.00 – Ludoteca EDF	3ª Feira – 10 de fevereiro 11.45 – 14 OC	6ª Feira – 20 de fevereiro 10.00 – Sala 10 EV	4ª Feira – 8 de abril 8.15 – Sala 20 EMRC	2ª Feira – 18 de maio 11.45 – Sala 9 CN/FQ	

8

Sessões com os pais/encarregados de educação

2 sessões.
1ª cerca de 10 min
2ª cerca de 60 min

Pontualmente – no início e final do programa dos alunos

Início, entre 5 e 13 de janeiro de 2015
Término, primeira semana de junho de 2015

9

Muito obrigada!

Encontro-me disponível para esclarecimento de eventuais dúvidas.
Para isso podes usar o email
rodriguesbruna1@live.com

10

Folha de Presenças

Ano: 9º

[illegible]

Avaliação da sessão 9º

Esta grelha tem como objetivo conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques o *smile* mediante o que sentiste em cada sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós!

Satisfatório 😊 **Indiferente** 😐 **Não satisfatório** ☹

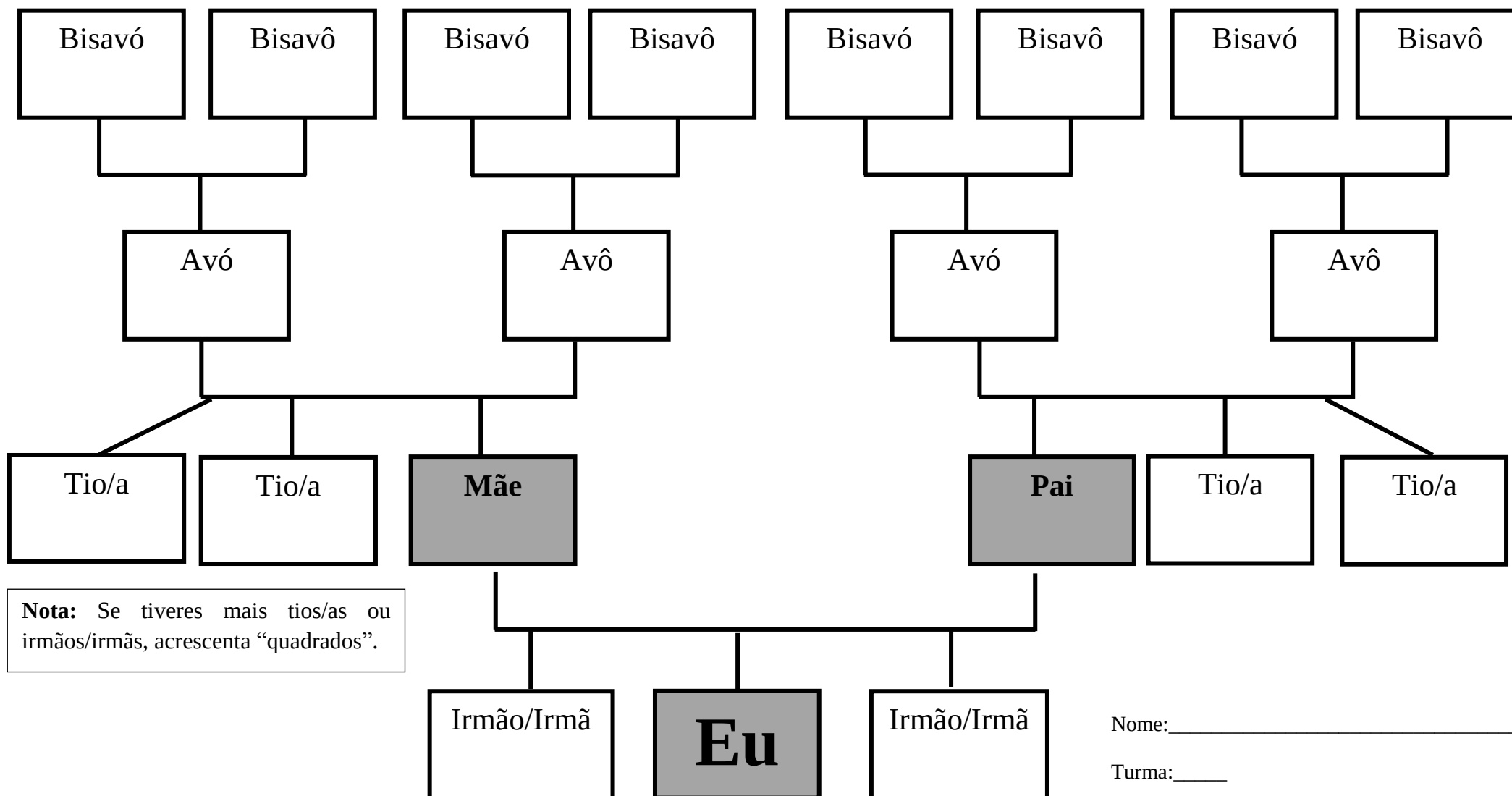
[illegible]



“A ESCOLHA CERTA!”

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Genograma das Profissões

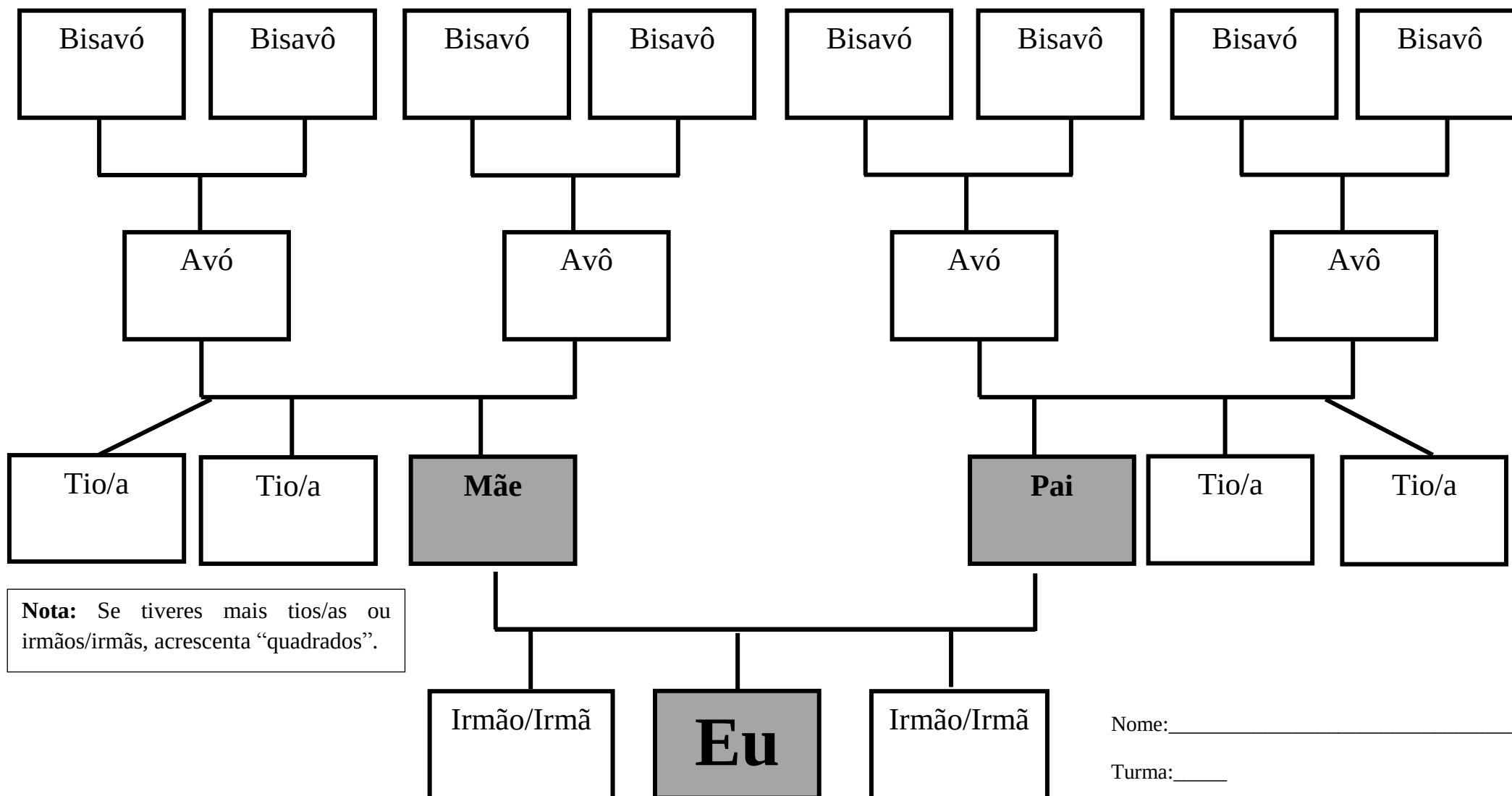




“A ESCOLHA CERTA!”

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Genograma das Profissões



GOVERNO DE
PARANÁ

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

AE Maximinos
Assessoria Educacional de Inovação

Programa de Orientação Vocacional

A escolha certa!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar




"Os interesses são as atividades através das quais as pessoas esperam atingir os seus valores e satisfazer as suas necessidades."
(Super, 1995)

2



"A escolha profissional é uma expressão da personalidade, sendo o resultado de um processo de interações e experiências do indivíduo com o seu ambiente."
(Holland, Frietsche & Powell, 1994)

3



"Escolhe um trabalho de que gostes, e não terás de trabalhar nem um dia na tua vida."
(Confúcio, s.d)

4

Muito obrigada!

Encontro-me disponível para esclarecimento de eventuais dúvidas.
Para isso podes usar o email
Rosita-mar@hotmail.com

5



“A ESCOLHA CERTA!”

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar



Os meus interesses (Pinto, 2002)

Na convivência com a família e com os amigos, na vida escolar, através das preferências por certas disciplinas e dos contatos com os professores, na prática das diferentes atividades, cada pessoa vai tendo constantemente experiências e informações que contribuem para formar o conceito que tem de si própria em relação ao que gosta mais e ao que gosta menos de fazer. Assim:

- **Família**

1. A minha família diz que eu tenho maior interesse por

2. ... e que tenho menor interesse por

- **Amigos e colegas**

1. Os meus amigos e colegas dizem que tenho maior interesse por

2. ... e que tenho menor interesse por

- **Notas escolares**

1. Sinto maior interesse nas disciplinas de



“A ESCOLHA CERTA!”

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar



2. ... e menor interesse nas disciplinas de

- **Professores**

1. Os meus professores dizem que mostro maior interesse por

2. ... e menor interesse por

- **Eu**

1. Aquilo que mais gosto de fazer é

2. Aquilo que menos gosto de fazer é



Obrigada!

Avaliação da sessão 9º

Esta grelha tem como objetivo conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques o *smile* mediante o que sentiste em cada sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós!

Satisfatório 😊 **Indiferente** 😐 **Não satisfatório** ☹

[illegible]

Folha de Presenças

Ano: 9º

[illegible]



“A ESCOLHA CERTA!”

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Informação Escolar

Curso	Estabelecimento de ensino	Condições de acesso	Duração do curso	Nº de vagas	Saídas profissionais

77	A	B	C	D
78	A	B	C	D
79	A	B	C	D
80	A	B	C	D
81	A	B	C	D
82	A	B	C	D
83	A	B	C	D
84	A	B	C	D
85	A	B	C	D
86	A	B	C	D
87	A	B	C	D
88	A	B	C	D
89	A	B	C	D
90	A	B	C	D
91	A	B	C	D
92	A	B	C	D
93	A	B	C	D
94	A	B	C	D
95	A	B	C	D
96	A	B	C	D
97	A	B	C	D
98	A	B	C	D
99	A	B	C	D
100	A	B	C	D
101	A	B	C	D
102	A	B	C	D

103	A	B	C	D
104	A	B	C	D
105	A	B	C	D
106	A	B	C	D
107	A	B	C	D
108	A	B	C	D
109	A	B	C	D
110	A	B	C	D
111	A	B	C	D
112	A	B	C	D
113	A	B	C	D
114	A	B	C	D
115	A	B	C	D
116	A	B	C	D
117	A	B	C	D
118	A	B	C	D
119	A	B	C	D
120	A	B	C	D
121	A	B	C	D
122	A	B	C	D
123	A	B	C	D
124	A	B	C	D
125	A	B	C	D
126	A	B	C	D
127	A	B	C	D
128	A	B	C	D

129	A	B	C	D
130	A	B	C	D
131	A	B	C	D
132	A	B	C	D
133	A	B	C	D
134	A	B	C	D
135	A	B	C	D
136	A	B	C	D
137	A	B	C	D
138	A	B	C	D
139	A	B	C	D
140	A	B	C	D
141	A	B	C	D
142	A	B	C	D
143	A	B	C	D
144	A	B	C	D
145	A	B	C	D
146	A	B	C	D
147	A	B	C	D
148	A	B	C	D
149	A	B	C	D
150	A	B	C	D
151	A	B	C	D
152	A	B	C	D
153	A	B	C	D
154	A	B	C	D

155	A	B	C	D
156	A	B	C	D
157	A	B	C	D
158	A	B	C	D
159	A	B	C	D
160	A	B	C	D
161	A	B	C	D
162	A	B	C	D
163	A	B	C	D
164	A	B	C	D
165	A	B	C	D
166	A	B	C	D
167	A	B	C	D
168	A	B	C	D
169	A	B	C	D
170	A	B	C	D
171	A	B	C	D
172	A	B	C	D
173	A	B	C	D
174	A	B	C	D
175	A	B	C	D
176	A	B	C	D
177	A	B	C	D
178	A	B	C	D
179	A	B	C	D
180	A	B	C	D

TERMINOU.

VERIFICA SE RESPONDESTES A TODAS AS AFIRMAÇÕES.

IPP-R

FOLHA DE RESPOSTAS

Nome: _____

Sexo: ☐ F ☐ M

Idade: _____

Ano escolar: _____

Escola: _____

Avaliador: _____

Data: _____

Para cada uma das afirmações, assinala com uma cruz (X) a opção que melhor descreve a tua opinião.

Se te enganares ou mudares de opinião risca a tua resposta e faz uma outra cruz na tua nova opção.

As opções são as seguintes:

A

Para responder GOSTO

B

Para responder INDIFERENTE ou
TENHO DÚVIDAS

C

Para responder NÃO GOSTO

D

Para responder NÃO CONHEÇO

1 A B C D

2 A B C D

3 A B C D

4 A B C D

5 A B C D

6 A B C D

7 A B C D

8 A B C D

9 A B C D

10 A B C D

11 A B C D

12 A B C D

13 A B C D

14 A B C D

15 A B C D

16 A B C D

17 A B C D

18 A B C D

19 A B C D

20 A B C D

21 A B C D

22 A B C D

23 A B C D

24 A B C D

25 A B C D

26 A B C D

27 A B C D

28 A B C D

29 A B C D

30 A B C D

31 A B C D

32 A B C D

33 A B C D

34 A B C D

35 A B C D

36 A B C D

37 A B C D

38 A B C D

39 A B C D

40 A B C D

41 A B C D

42 A B C D

43 A B C D

44 A B C D

45 A B C D

46 A B C D

47 A B C D

48 A B C D

49 A B C D

50 A B C D

51 A B C D

52 A B C D

53 A B C D

54 A B C D

55 A B C D

56 A B C D

57 A B C D

58 A B C D

59 A B C D

60 A B C D

61 A B C D

62 A B C D

63 A B C D

64 A B C D

65 A B C D

66 A B C D

67 A B C D

68 A B C D

69 A B C D

70 A B C D

71 A B C D

72 A B C D

73 A B C D

74 A B C D

75 A B C D

76 A B C D

Autora: M^a Victoria de la Cruz.

Copyright © 2005 by TEA Ediciones, S.A., Madrid, Espanha.

Copyright da edição portuguesa © 2013 by CEGOC-TEA, Lisboa, Portugal. Adaptação portuguesa: Carla Ferreira

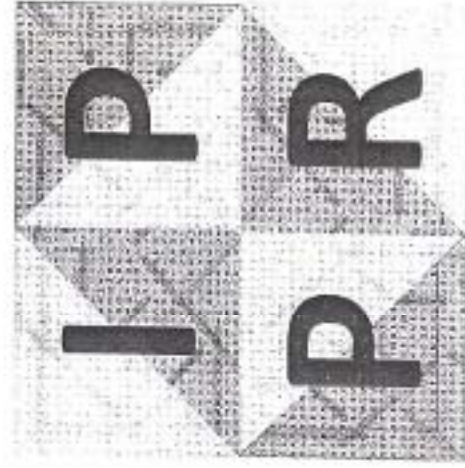
Edição CEGOC-TEA: Rua General Firmino Miguel, 3, A/B e Rc, 1600-100 Lisboa. Todos os direitos reservados.

Depósito Legal: 366743/13

Proibida a reprodução total ou parcial, sob qualquer forma ou meio, incluindo fotocópia, gravação ou qualquer outro sistema de armazenamento ou recuperação, sem autorização escrita do editor.

As infrações serão penalizadas nos termos da legislação em vigor. Este exemplar está impresso a cores, se te apresentarem um exemplar a negro é uma reprodução ilegal. Não a utilizes.

Continua.



INTERESSES E PREFERÊNCIAS PROFISSIONAIS

EDIÇÃO REVISTA

Neste questionário devers responder de acordo com os teus gostos e preferências, em relação a um conjunto de atividades e profissões.

Lê cada afirmação com atenção e assinala, na *folha de respostas*, a opção que tem mais a ver com as tuas preferências profissionais. Devers escolher a tua resposta entre 4 opções:

- A** Para responder GOSTO
- B** Para responder INDIFERENTE ou TENHO DÚVIDAS
- C** Para responder NÃO GOSTO
- D** Para responder NÃO CONHEÇO essa atividade ou profissão

Assinala as tuas respostas com uma cruz (X). Caso te enganes ou queiras mudar uma resposta, risca a resposta que queres alterar e faz uma outra cruz (X) na nova resposta. Verifica sempre se estás a responder no local certo, ou seja, se o número da afirmação neste caderno corresponde ao número na folha de respostas. **NÃO ESCRITAS NO CADERNO**, responde apenas na folha de respostas.

Quando abres o caderno irás encontrar um conjunto de afirmações. Algumas das afirmações são constituídas por duas ou mais descrições (por exemplo: *Ser responsável pela organização de um laboratório químico; realizar análises químicas ou ensaios.*). Devers assinalar a letra A (GOSTO) se te agrada **PELO MENOS UMA** das descrições; devers assinalar as letras C (NÃO GOSTO) ou B (INDIFERENTE ou TENHO DÚVIDAS) quando **TODAS** as descrições apresentadas não são do teu agrado ou te são indiferentes.

ATENÇÃO, deves indicar as tuas preferências independentemente de fatores como, por exemplo, os teus recursos económicos, a tua facilidade em estudar, as oportunidades que possam surgir, o prestígio ou o dinheiro que possas vir a ganhar, etc.

Neste questionário não existem respostas certas ou erradas - apenas se pretende saber quais são os teus interesses e as tuas preferências profissionais. Como tal, procura responder a todas as afirmações de forma espontânea e sem consultar os teus colegas. **LEMBRA-TE**, deves ser tu a decidir as tuas respostas.

AGUARDA. Não voltes a página antes que te seja dada essa indicação.

A

Para responder Gosto

BPara responder INDIFFERENTE ou
TENHO DÚVIDAS**C**

Para responder NÃO GOSTO

D

Para responder NÃO CONHEÇO

1

Apagar incêndios ou preveni-los, protegendo a vida e os bens (p.e., casa, carro) das pessoas.

2

Ser Engenheiro Eletrônico.

3

Realizar tarefas específicas de diversos campos da informática; realizar trabalhos de programação, de análise e de arquitetura de computadores.

4

Trabalhar como Publicitário.

5

Aconselhar e tratar pessoas que têm problemas alimentares, elaborando regimes alimentares (dietas) específicos para cada paciente.

6

Ser Criminólogo.

7

Projetar edifícios e supervisionar a construção dos mesmos; planejar o desenvolvimento de áreas urbanas ou de paisagens; projetar espaços verdes em meio urbano ou rural.

8

Trabalhar como Técnico Administrativo.

9

Conservar e restaurar peças ou obras de arte (p.e., esculturas, pinturas, cerâmicas, materiais arqueológicos, etc.) sem as alterar.

10

Trabalhar como técnico na área de animação turística.

11

Resgatar (salvar) pessoas que se encontram em situações perigosas no mar, em rios, etc. Prestar os primeiros socorros.

12

Ser Engenheiro Florestal.

13

Pesquisar e recolher informações sobre factos e acontecimentos e escrever notícias com o objetivo de as publicar na imprensa escrita (p.e., jornais) ou divulgá-las na rádio, televisão, etc.

14

Trabalhar como Técnico de Restauro e Conservação.

15

Fazer parte de uma orquestra ou de uma banda; atuar sozinho, tocando um instrumento musical (p.e., guitarra, piano, violino, etc.).

16

Ser Bombeiro.

17

Estudar acontecimentos históricos e atividades do passado, do ponto de vista social e evolutivo. Divulgar o resultado destes estudos através da publicação de artigos, livros ou de conferências.

18

Ser Dietista (Nutricionista).

19

Manter a segurança e a ordem pública. Proteger pessoas e bens contra riscos e situações de transgressão das leis.

20

Ser Engenheiro Informático.

21

Cantar como solista ou membro de um grupo, em bares, eventos, etc. Estudar e ensaiar partituras e a letra das composições (músicas).

22

Trabalhar como Técnico de Multimédia.

23

Reconhecer a autenticidade de certos documentos (p.e., certidões, declarações, etc.). Participar na realização de escrituras, testamentos, procurações, etc.

24

Trabalhar como Técnico de Turismo.

25

Utilizar conhecimentos de informática sobre sistemas operativos e programação, no desenvolvimento de software de gestão para empresas. Analisar projetos informáticos para as mesmas.

26

Ser Músico.

27

Realizar trabalho técnico, científico ou de coordenação relacionado com o Exército, fazendo parte deste.

28

Trabalhar como técnico de atividades físicas e desportivas.

A

Para responder Gosto

BPara responder Indiferente ou
Tenho dúvidas**C**

Para responder Não Gosto

D

Para responder Não Conheço

29

Participar em tribunais, representando pessoas ou o Estado. Apoiar e defender pessoas ou entidades em todos os assuntos relacionados com os seus interesses jurídicos.

30

Trabalhar como Técnico de Informação e Animação Turística.

31

Organizar explorações agrícolas ou agropecuárias com o objetivo de melhorar as características e a produção de vegetais assim como obter melhores raças.

32

Trabalhar como Notário.

33

Organizar e realizar tarefas administrativas como, por exemplo, contactar os fornecedores, fazer a gestão do economato (material de escritório: canetas, papel, tinteiros, etc.), dar apoio aos diversos departamentos da empresa, etc.

34

Trabalhar como Técnico de Restaurante/Bar.

35

Dirigir a realização de obras que dizem respeito à construção de edifícios e controlar os materiais utilizados nas mesmas. Fazer com que as obras respeitem o projeto inicial.

36

Ser Atleta Profissional.

37

Tratar algumas das doenças dos sistemas locomotor ou nervoso (p.e, torcicolos, paralisias) utilizando diversas técnicas como, por exemplo, terapia pelo movimento, hidroterapia e eletroterapia.

38

Trabalhar como especialista em Ciências do Desporto.

39

Planear, preparar e orientar programas de animação turística. Preparar documentação para promover produtos e serviços turísticos.

40

Trabalhar como Contabilista.

41

Organizar atividades físicas ou desportivas, ensinar jogos ou atividades físicas em escolas, associações, etc., adaptando-as às características das pessoas a quem se destinam.

42 Ser Musicólogo.**43**

Trabalhar na educação de adultos, utilizando recursos didáticos e novas tecnologias. Trabalhar na integração social de pessoas desadaptadas ou com incapacidades físicas ou psíquicas.

44

Ser técnico especializado em Informática de Gestão.

45

Prevenir, diagnosticar e tratar doenças que afetam os animais; estudar aspetos relacionados com a criação e com a reprodução dos mesmos.

46

Ser Economista.

47

Trabalhar numa exploração pecuária ocupando-se da alimentação e da higiene dos animais destinados à produção de leite, carne, lã, etc.

48

Exercer a profissão de Historiador.

49

Trabalhar na Força Aérea como especialista em mecânica, eletricidade, eletrónica, etc.

50

Trabalhar como técnico responsável pela gestão dos sistemas informáticos.

51

Aplicar conhecimentos profissionais sobre o registo, a reprodução e a captação de sons em produções musicais ou em espetáculos de outro género, assegurando uma boa qualidade do som.

52

Ser Cantor.

53

Organizar e supervisionar serviços contabilísticos. Fazer revisões contabilísticas; verificar os registos e os livros de contabilidade.

54

Trabalhar como Técnico do Ambiente.

55

Aplicar conhecimentos das áreas de informática, eletrónica e telecomunicações para realizar o tratamento de dados.

56	Ser Controlador de Tráfego Aéreo.	70	Ser oficial no Exército.
57	Ensinar alunos com necessidades especiais (físicas ou mentais), avaliando as suas limitações de forma a adaptar o método de ensino.	71	Trabalhar em explorações de aquacultura, aplicando os seus conhecimentos na produção de espécies animais aquícolas (que vivem na água). Realizar pesquisas que contribuam para a conservação e preservação dos recursos marinhos.
58	Ser Técnico de Recepção num hotel.	72	Ser Gestor de Conta Bancária.
59	Estudar os seres vivos e fazer trabalho de campo em áreas como a Botânica, a Zoologia ou a Genética. Aplicar os conhecimentos em vários tipos de indústria (alimentar, farmacêutica, etc.).	73	Trabalhar num laboratório farmacêutico, aplicando conhecimentos científicos. Atender clientes numa farmácia, informando-os sobre os efeitos dos medicamentos e o seu modo de utilização.
60	Ser caricaturista, ilustrador de publicações (p.e., livros).	74	Ser Geólogo.
61	Dançar em espetáculos de dança clássica ou contemporânea, realizados em teatros, festivais, etc.	75	Desenhar e produzir digitalmente conteúdos multimédia. Utilizar o som, as imagens e a animação de objetos para criar produtos multimédia interativos.
62	Ser Astrónomo.	76	Ser licenciado em Ciências do Mar.
63	Instalar equipamentos informáticos e software; fazer a sua manutenção e administração.	77	Desenvolver projetos ou realizar trabalhos no campo da eletrónica aplicada à indústria, como é o caso da robótica, da preparação de protótipos ou do desenho de circuitos eletrónicos.
64	Trabalhar como técnico numa exploração pecuária.	78	Trabalhar como Decorador de Interiores.
65	Estudar a Terra e os seus componentes. Localizar recursos naturais e determinar as possibilidades de exploração de jazidas de minérios, gás e petróleo.	79	Desenvolver estudos para preservação de parques e recursos naturais, recuperação de áreas degradadas e avaliação do impacto ambiental.
66	Ser Educador de Infância.	80	Ser especialista na área de engenharia de telecomunicações e informática.
67	Dar aulas de educação física, contribuindo para a melhoria das capacidades físicas dos alunos, assim como para o seu desenvolvimento pessoal.	81	Estudar os fenómenos que ocorrem no firmamento (céu); aplicar os conhecimentos à navegação aérea e marítima ou à exploração do espaço.
68	Trabalhar como Segurança.	82	Ser Ballarino.
69	Acompanhar e vigiar crianças dos 0 aos 6 anos. Participar nas atividades educativas. Ajudar as crianças a desenvolverem bons hábitos alimentares e de higiene, favorecendo a sua autonomia.		

A

Para responder GOSTO

BPara responder INDIFERENTE ou
TENHO DÚVIDAS**C**

Para responder NÃO GOSTO

D

Para responder NÃO CONHEÇO

83 Escrever cartas, emails ou relatórios de acordo com as indicações dadas. Manter atualizada a agenda de trabalho dos profissionais a quem dá apoio.

84 Ser Técnico Desportivo.

85 Investigar e analisar a história da música, as suas técnicas e os seus métodos.

86 Trabalhar como Técnico de Segurança e Salvamento em Meio Aquático (por exemplo, nadador-salvador).

87 Projetar instalações de telecomunicações (rádio; televisão, radar, etc.) em diversos campos (indústria, defesa, controlo aéreo, etc.).

88 Trabalhar como Professor.

89 Conhecer a legislação laboral (p.e., contratos de trabalho). Utilizar conhecimentos profissionais para resolver problemas entre os trabalhadores e os patrões. Prestar apoio em situações de conflito laboral.

90 Trabalhar como Técnico de Desenho de Mobiliário.

91 Estudar as sociedades humanas e as suas relações, aplicando estes conhecimentos a análises sociológicas (p.e., sondagens, questionários, etc.) ou na resolução de conflitos.

92 Trabalhar como Técnico de Som.

93 Planear e desenvolver os procedimentos de gestão de estações de tratamento de águas, águas residuais, sistemas de resíduos sólidos ou sistemas integrados de tratamento de resíduos.

94 Traduzir oralmente, de uma língua para outra, e em simultâneo, discursos realizados em conferências ou reuniões internacionais. Assegurar a comunicação verbal entre duas ou mais pessoas que não falam a mesma língua.

95 Ser Engenheiro Técnico Agrário.

96 Ser Arqueólogo.

97 Desenhar ou criar produtos relacionados com a moda: tecidos, roupa, calçado, jóias, etc.

98 Trabalhar como Professor de Educação Física.

99 Coordenar trabalhos de cultivo e de conservação de florestas. Participar na plantação de árvores ou de plantas e na prevenção de incêndios florestais.

100 Ser Advogado.

101 Organizar atividades educativas para crianças dos 3 aos 6 anos. Preparar e organizar atividades para promover o desenvolvimento da linguagem e as capacidades físicas e sociais das crianças.

102 Trabalhar como especialista em Ciências do Trabalho e Relações Laborais.

103 Planear campanhas publicitárias para dar a conhecer um produto e conseguir a sua aceitação no mercado. Planear campanhas para divulgar mensagens relacionadas com temas como a saúde, a segurança rodoviária, etc.

104 Trabalhar como Fisioterapeuta.

105 Realizar tarefas que estão relacionadas com o ordenamento e a segurança do tráfego aéreo em aeroportos civis.

106 Ser Ceramista.

107 Projetar a construção de pontes, estradas, aeroportos, portos ou da rede ferroviária; supervisionar a construção dessas obras.

108 Ser Diplomata (Embaixador).

109	Aplicar testes psicológicos para avaliar a inteligência, as aptidões e a personalidade dos alunos; sugerir técnicas para a resolução de problemas pessoais, de aprendizagem ou de adaptação à escola.
110	Ser Engenheiro de Telecomunicações.
111	Escolher destinos turísticos; atender e guiar grupos de turistas comunicando com eles em, pelo menos, dois idiomas estrangeiros.
112	Trabalhar como Enfermeiro.
113	Recolher e analisar os vestígios de civilizações e culturas do passado. Procurar conhecer as épocas mais remotas da História da Humanidade, anteriores ao aparecimento da escrita, bem como as épocas mais recentes.
114	Ser Polícia.
115	Organizar, classificar e conservar documentos de biblioteca como, por exemplo, livros, manuscritos, etc. Planear os critérios de organização e de funcionamento de uma biblioteca.
116	Trabalhar como Técnico de Gestão Ambiental.
117	Utilizar técnicas de expressão gráfica para fazer ilustrações em livros infantis, de ficção científica ou sobre o fantástico.
118	Trabalhar como Secretário.
119	Representar o País em outros países, como embaixador ou como funcionário de uma embaixada ou consulado.
120	Ser Engenheiro Civil.
121	Dar apoio a centros escolares ou desportivos, trabalhando aspetos relacionados com a atividade física e desportiva. Trabalhar temas relacionados com o desporto em escolas, associações desportivas, etc.

122	Ser Ator Profissional.
123	Estudar a composição química de certas substâncias ou materiais e aplicar os resultados na criação de produtos que possam ser utilizados na medicina, agricultura, alimentação ou em outras indústrias.
124	Ser especialista em <i>design</i> de moda.
125	Dedicar-se à conservação dos recursos naturais, aplicando conhecimentos científicos sobre o meio ambiente. Desenvolver atividades de promoção e formação ambiental.
126	Ser Sociólogo.
127	Planear e preparar o serviço de mesa/bar. Fazer a gestão do stock do restaurante/bar.
128	Ser Arquiteto.
129	Treinar atletas ou equipas, melhorando os seus conhecimentos e capacidades, contribuindo assim para uma melhor prática do desporto.
130	Ser Químico.
131	Criar peças de cerâmica; fazer pesquisa sobre técnicas ou estilos que se aplicam a este tipo de trabalho.
132	Ser Farmacêutico.
133	Obter imagens através de fotografia, vídeo ou com uma câmara cinematográfica e apresentá-las em qualquer formato. Definir os ângulos, as distâncias e a intensidade da luz de modo a obter as imagens adequadas ao que se pretende transmitir.
134	Trabalhar como Professor de Educação Especial.

A

Para responder GOSTO

BPara responder INDIFFERENTE ou
TÊNHO DÓVIDAS**C**

Para responder NÃO GOSTO

D

Para responder NÃO CONHEÇO

135

Utilizar conhecimentos sobre anatomia, funções fisiológicas e comportamento humano, para determinar, através de métodos científicos, o diagnóstico clínico e o tratamento adequado para cada doença.

136

Trabalhar como Assistente de Bordo em aviões.

137

Trabalhar, em colaboração com as forças policiais, em assuntos relacionados com crimes (p.e., roubo, homicídio, etc.). Recorrer a vários métodos para conhecer o crime, o criminoso, a vítima, etc.

138

Trabalhar como técnico responsável pelo desenvolvimento de aplicações informáticas.

139

Organizar tudo o que é necessário para receber clientes num hotel; supervisionar os serviços que estão relacionados com a recepção e o atendimento ao cliente.

140

Trabalhar como Educador Social.

141

Participar na construção de aplicações informáticas, fazendo a sua programação de acordo com as exigências e as especificações estabelecidas.

142

Ser Veterinário.

143

Utilizar conhecimentos de medicina no tratamento de doenças dentárias, lesões nos dentes, cáries, etc.

144

Ser Técnico de Imagem.

145

Fazer investigações e informar os juizes, os polícias e outros profissionais sobre aspetos relacionados com o comportamento criminoso.

146

Trabalhar como Tradutor.

147

Participar em competições desportivas como representante do País ou Clube. Treinar com a supervisão de um treinador, com o objetivo de melhorar a sua técnica.

148

Ser Biólogo.

149

Organizar e gerir os sistemas informáticos que servem de base à administração e gestão de uma empresa ou tornar mais fácil a utilização de programas informáticos.

150

Ser Jornalista.

151

Ensinar um determinado desporto e procurar que os atletas se tornem cada vez melhores.

152

Ser Arquiteto ou Engenheiro Civil.

153

Fazer planos para a comercialização (venda) de produtos. Organizar as secções de vendas em zonas comerciais ou dirigir uma loja.

154

Trabalhar como técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos.

155

Interpretar uma personagem em representações teatrais, de cinema ou de televisão.

156

Ser Treinador Desportivo.

157

Estudar os processos e as técnicas utilizadas nos meios audiovisuais. Planear e/ou realizar eventos com luz, imagem e som.

158

Ser Dentista.

159

Traduzir obras literárias, científicas ou técnicas aplicando conhecimentos linguísticos, teóricos, práticos e culturais próprios da língua em que foram originalmente escritas.

160

Ser Técnico de Audiovisuais.

161

Procurar melhorar o turismo, desenvolvendo atividades culturais ou de interesse em que os turistas participem, destacando os aspetos que o tornam mais atrativo.

A

Para responder GOSTO

BPara responder INDIFFERENTE ou
SEM DÚVIDAS**C**

Para responder NÃO GOSTO

D

Para responder NÃO COMEÇO

162

Trabalhar como Psicólogo numa escola.

163

Fazer dobragem de desenhos animados e de personagens humanas em cinema ou televisão.

164

Trabalhar como Assistente de Ação Educativa.

165

Criar projetos para decorar espaços interiores, para diferentes utilizações (escritórios, lojas, espaços públicos, etc.).

166

Ser Técnico Comercial ou de Marketing.

167

Auxiliar o médico no cuidado aos doentes, aplicando conhecimentos sobre o organismo humano, as funções fisiológicas e o comportamento das pessoas.

168

Ser Ator de Dobragem.

169

Acompanhar e analisar o movimento das contas bancárias e a situação financeira dos clientes, prestando-lhes um atendimento personalizado.

170

Trabalhar como Investigador (Detetive) Privado.

171

Dar assistência aos passageiros a bordo de aviões. Dar informações diversas aos passageiros (p.e., horário, ligações entre voos). Fazer respeitar as normas de segurança.

172

Trabalhar como Intérprete.

173

Garantir a segurança de lojas ou escritórios, evitando roubos ou outro tipo de crimes. Fazer o transporte de mercadorias valiosas ou de dinheiro.

174

Ser Bibliotecário.

175

Utilizar conhecimentos sobre economia para analisar a situação económica de uma região ou de um país. Preparar previsões de rendimento, despesa, taxas de juro e de câmbio.

176

Trabalhar como Técnico Florestal e cuidar do meio ambiente.

177

Analisar as técnicas e os métodos de ensino utilizados e desenvolver novas formas de ensino que se ajustem às características dos alunos. Dar aulas, preparar e corrigir exercícios e trabalhos.

178

Ser Médico.

179

Desenhar peças de mobiliário. Utilizar meios informáticos para preparar desenhos técnicos de mobiliário.

180

Ser Especialista na Força Aérea.

TERMINOU.

Verifica se respondeste a todas as afirmações.

Folha de Presenças

Ano: 9º

[illegible]

Avaliação da sessão 9º

Esta grelha tem como objetivo conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques o *smile* mediante o que sentiste em cada sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós!

Satisfatório 😊 **Indiferente** 😐 **Não satisfatório** ☹

[illegible]



O valor dos valores

Podemos afirmar que existem muitos valores como o da solidariedade, o da justiça, da liberdade, honestidade, prestígio social, aventura, saber, amizade, económico, familiar, científico, etc. Para algumas pessoas, os valores familiares são mais importantes pois consideram que o mais importante de tudo na vida é construir uma família, ter filhos e acompanhá-los. Para outras pessoas, os valores mais importantes são os económicos, para outras os sociais, etc.

Lê cada frase com atenção e indica o grau de importância que tem para ti, cada um dos aspetos da vida profissional a seguir referidos. Assinala o número correspondente à resposta que escolheres sendo que: **5 = muito importante; 4= importante; 3 = de importância média; 2 = pouco importante; 1 = nada importante.**

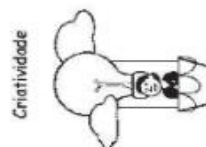
	Para mim é importante uma profissão que...	1	2	3	4	5
1	Contribui para o bem-estar dos outros.					
2	Cria objetivos artísticos e contribui para a beleza do mundo.					
3	Cria coisas novas, cria novos produtos, planifica ideias novas e potencia a imaginação.					
4	Dá o sentimento de realização devido aos resultados, que são visíveis.					
5	Permite que seja o trabalhador a executar as tarefas do modo como deseja e dentro do seu próprio ritmo.					
6	Dá importância à pessoa e impõe respeito.					
7	Permite organizar e planificar o trabalho dos outros.					
8	Permita uma boa remuneração de modo a obter tudo o que a pessoa deseja.					
9	Transmita segurança e estabilidade de emprego, mesmo em tempo de crise.					
10	Dirigida por um superior com que se mantém uma boa relação.					
11	Permite estabelecer boas relações sociais entre colegas.					
12	Possibilita a realização de atividades diferentes e interessantes.					
13	Permite andar de um lado para o outro e utilizar a força física.					
14	Dá a oportunidade de fazer coisas importantes e ter sucesso.					
15	Permite a autonomia, podendo a pessoa ser o seu próprio patrão e realizar as tarefas como desejar sem ter ninguém a controlar.					
16	Trabalho fisicamente arriscado.					
17	Tarefas maioritariamente realizadas ao ar livre.					
18	Tarefas com elevada exigência intelectual.					
19	Trabalhar com as mãos, máquinas ou ferramentas para fazer ou reparar coisas.					
20	Trabalhar em equipa com outras pessoas.					



“A ESCOLHA CERTA!” Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Assinala as resposta que deste neste gráfico e analisa os resultados.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
5																				
4																				
3																				
2																				
1																				





1. Como imaginas que será a tua vida, conjugando trabalho, família e atividades domésticas?

2. Imagina agora que tens 30 anos, como achas que distribuirias o teu tempo, considerando os diferentes papéis da tua vida:

Passaria muito mais tempo a trabalhar

Passaria mais tempo no trabalho

Passaria tanto tempo no trabalho como com a família

Passaria mais tempo com a família

Passaria muito mais tempo com a família

☐
☐
☐
☐
☐

3. Agora pensa nos valores aos quais deste maior importância e na profissão ou profissões que escolheste como objetivo para o teu futuro, de que forma estes podem interferir na tua vida familiar?

Exige que trabalhes mais de 8h por dia?

Exige que trabalhes aos fins-de-semana?

Implica trazer trabalho para casa?

Implica trabalhos noturnos ou por turnos?

☐
☐
☐
☐

4. Os valores que elegeste e a profissão ou profissões que estas a considerar seguir são compatíveis com a resposta que deste na questão 4. ?

Sim ☐

Não ☐

Porquê?



“A ESCOLHA CERTA!”

1ª Sessão com os alunos



Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

A psicóloga:

Rosa Araújo

Índice



Ensino Secundário



Cursos Científico-Humanísticos



Cursos Profissionais



Cursos Vocacionais



Questões Financeiras



Testemunhos

Ensino Secundário

Ensino Secundário

(10º ao 12º ano)

- Cursos Científico-Humanísticos
 - Cursos Profissionais
 - Cursos Vocacionais
- Cursos de Aprendizagem

Curso Científico-Humanísticos (com a reformulação da Nova Reforma de Ensino Secundário em 2007)

O que são?

- São cursos vocacionados para o prosseguimento de estudos de nível superior, de carácter universitário ou politécnico, têm a duração de 3 anos letivos correspondentes aos 10º, 11º e 12º anos de escolaridade.

Para quem?

- Destinam-se a alunos que, tendo concluído o 9º ano de escolaridade ou equivalente, pretendam obter uma formação de nível secundário.

Curso Científico-Humanísticos (com a reformulação da Nova Reforma de Ensino Secundário em 2007)

Certificação

Cursos que
conferem um
diploma de
conclusão do
ensino secundário

Cursos Científico-Humanísticos

1. Curso de Ciências e Tecnologias
2. Curso de Ciências Socioeconómicas
3. Curso de Línguas e Humanidades
4. Curso de Artes Visuais

Curso Científico-Humanísticos *(com a reformulação da Nova Reforma de Ensino* *Secundário em 2007)*

Cursos Científico-Humanísticos	Componente de Formação Geral
1. Curso de Ciências e Tecnologias 2. Curso de Ciências Socioeconómicas 3. Curso de Línguas e Humanidades 4. Curso de Artes Visuais	Português (10º, 11º e 12º anos) Língua Estrangeira I, II ou III (10º e 11º anos) Filosofia (10º e 11º anos) Educação Física (10º, 11º e 12º anos)

Cursos Científico-Humanísticos	Disciplina Trienal (10º, 11º e 12º anos – 3 anos) da componente de formação específica	Disciplinas Bienais (10º e 11º anos – 2 anos) da componente de formação específica
Ciências e Tecnologias	Matemática A	Física e Química Biologia e Geologia Geometria Descritiva A
Ciências Socioeconómicas	Matemática A	Economia A Geografia A História B
Línguas e Humanidades	História A	Geografia A Latim A Língua Estrangeira I, II ou III Literatura Portuguesa Matemática Aplicada às Ciências Sociais
Artes Visuais	Desenho A	Geometria Descritiva A Matemática B História da Cultura e das Artes

*Curso Científico-Humanísticos
(com a reformulação da Nova Reforma de
Ensino Secundário em 2007)*

Exames Nacionais

2 Disciplinas Bienais (11º ano)

Português (12º ano)

Disciplina Trienal (12º ano)

Decreto-Lei nº 272/2007
de 26 de julho

Cursos Profissionais

O que são?

- ☆ Os Cursos Profissionais são uma modalidade de educação, inserida no Ensino Secundário, que se caracteriza por uma forte ligação com o mundo profissional.
- ☆ A aprendizagem valoriza o desenvolvimento de competências para o exercício de uma profissão.

Cursos Profissionais

☆ São destinatários dos Cursos Profissionais os alunos que se encontrem nas seguintes condições: conclusão do 9º ano de escolaridade ou equivalente e procura de um ensino mais prático e voltado para o mundo do trabalho.

☆ Os Cursos Profissionais podem funcionar em Escolas Profissionais (Públicas ou Privadas) e Escolas Secundárias da rede pública.

Certificação

A conclusão de um Curso Profissional confere um Diploma equivalente ao Ensino Secundário e um Certificado de Qualificação Profissional (Dupla Certificação).

Diploma de Ensino Secundário e o Certificado de Qualificação Profissional permitem o acesso ao Ensino Superior.

Cursos Profissionais

Alguns Cursos Profissionais existentes



Técnico de Gestão de Sistemas Informáticos; Técnico de Serviços Jurídicos; Técnico de Artes do Espetáculo – Técnico de Interpretação; Técnico de Apoio à Gestão Desportiva; Técnico de Eletrónica, Automação e Computadores; Técnico de Desenho Digital 3D; Técnico de Turismo; Técnico de Mecatrónica; Técnico de Eletrónica, Automação e Computadores; Técnico de Manutenção Industrial – Eletromecânica; Técnico de Eletrotecnia ; Técnico de Auxiliar de Saúde; Técnico de Design; entre outros.

Cursos Vocacionais

O que são?

Os cursos vocacionais são uma oportunidade para frequência ou conclusão da escolaridade de 6º, 9º ou 12º anos e, simultaneamente, para preparação da entrada no mercado de trabalho com Qualificação Escolar e Profissional (Dupla Certificação).

Estes integram 4 componentes de formação: sociocultural; científica; tecnológica e prática

Cursos Vocacionais

Pretende-se ainda com estes cursos assegurar a criação de uma oferta de ensino secundário coordenada com empresas que responda ao interesse dos jovens que, no final da escolaridade obrigatória, pretendam ter uma saída profissional concreta.

Destinam-se...

A alunos a partir dos 16 anos de idade que, tendo obtido aproveitamento no ensino básico, procurem alternativas ao ensino secundário profissional e ao ensino secundário regular e pretendam uma oferta mais técnica, designadamente os que se encontrem em risco de abandono escolar.

Habilitações escolares inferiores aos 4.º, 6.º, 9.º ou 12.º anos ou que já concluíram o 12.º ano de escolaridade;

Não têm
Qualificação
Profissional ou
pretendem adquirir
uma Qualificação
Superior.

Certificação

A conclusão de um Curso vocacional, com total aproveitamento, confere Certificação Escolar equivalente ao 6.º, 9.º ou 12.º ano de escolaridade e respetiva Certificação Profissional.

Os Cursos vocacionais funcionam em Escolas Públicas, Escolas Privadas, Centros do Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP) e Entidades Formadoras Creditadas.

Alguns Cursos Profissionais existentes

Operador de Informática; Eletricista de instalações; Eletrónica; CAD;
Empregado de mesa/bar; Assistente administrativo; Cozinha; Pastelaria;
Operador de Informática; Estética do cabelo; Estética do corpo e rosto;
entre outros.



**Muito
obrigada pela
atenção!**



**Encontro-me disponível para
esclarecimento de eventuais dúvidas.
Para isso pode usar o email
Rosita-mar@hotmail.com.**



Questões de Orientação de escolha certa

Nome: _____ Ano/turma: _____

Responde por favor às seguintes questões, respondendo com uma cru (x) e justificando a tua escolha.

1) Já pensaste se queres seguir:

Ensino regular ☐ Ensino Profissional ☐ Outro: _____

Justifica a tua escolha: _____

2) Qual o curso/área que pensas seguir?

Ciências e Tecnologias ☐ Ciências socio-económicas ☐ Línguas e Humanidades ☐
Artes Visuais ☐ Ensino Profissional ☐ Outro: _____

Porquê da tua escolha? _____

3) Pretendes continuar no Agrupamento de Escolas de Maximinos?

Sim ☐ Não ☐ Qual a razão: _____

4) Do que já foi perguntado anteriormente, queres acrescentar alguma informação que seja pertinente, relacionado com a tua escolha vocacional?

Obrigada!

Folha de Presenças

Ano: 9º

[illegible]

Avaliação da sessão 9º

Esta grelha tem como objetivo conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques o *smile* mediante o que sentiste em cada sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós!

Satisfatório 😊 **Indiferente** 😐 **Não satisfatório** ☹️

[illegible]

Nome: _____ Sexo: ☒ M ☐ F Idade _____ anos

Escola: _____ Ano _____ Turma _____ Data de Hoje ____/____/____

Concursos 7^o / 9

Prova RA

Ex. A	☐ A	☐ B	☒ C	☐ D	☐ E
Ex. B	☒ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
Ex. C	☒ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
1	☐ A	☐ B	☐ C	☒ D	☐ E
2	☐ A	☒ B	☐ C	☐ D	☐ E
3	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☒ E
4	☒ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
5	☐ A	☐ B	☐ C	☒ D	☐ E
6	☐ A	☒ B	☐ C	☐ D	☐ E
7	☐ A	☐ B	☒ C	☐ D	☐ E
8	☒ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
9	☐ A	☐ B	☐ C	☒ D	☐ E
10	☐ A	☐ B	☐ C	☒ D	☐ E
11	☐ A	☐ B	☒ C	☐ D	☐ E
12	☐ A	☒ B	☐ C	☐ D	☐ E
13	☐ A	☐ B	☐ C	☒ D	☐ E
14	☐ A	☐ B	☒ C	☐ D	☐ E
15	☐ A	☐ B	☒ C	☐ D	☐ E
16	☐ A	☐ B	☐ C	☒ D	☐ E
17	☐ A	☐ B	☐ C	☒ D	☐ E
18	☒ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
19	☐ A	☒ B	☐ C	☐ D	☐ E
20	☐ A	☒ B	☐ C	☐ D	☐ E
21	☐ A	☐ B	☐ C	☒ D	☐ E
22	☐ A	☒ B	☐ C	☐ D	☐ E
23	☒ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
24	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☒ E
25	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☒ E

Prova RB

Ex. A	☐ A	☐ B	☒ C	☐ D	☐ E
Ex. B	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☒ E
Ex. C	☐ A	☐ B	☐ C	☒ D	☐ E
1	☐ A	☒ B	☐ C	☐ D	☐ E
2	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☒ E
3	☐ A	☐ B	☐ C	☒ D	☐ E
4	☐ A	☐ B	☒ C	☐ D	☐ E
5	☐ A	☐ B	☒ C	☐ D	☐ E
6	☐ A	☐ B	☐ C	☒ D	☐ E
7	☐ A	☐ B	☒ C	☐ D	☐ E
8	☒ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
9	☐ A	☒ B	☐ C	☐ D	☐ E
10	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☒ E
11	☐ A	☐ B	☐ C	☒ D	☐ E
12	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☒ E
13	☐ A	☐ B	☒ C	☐ D	☐ E
14	☐ A	☐ B	☐ C	☒ D	☐ E
15	☐ A	☒ B	☐ C	☐ D	☐ E
16	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☒ E
17	☐ A	☐ B	☒ C	☐ D	☐ E
18	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☒ E
19	☐ A	☒ B	☐ C	☐ D	☐ E
20	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☒ E
21	☒ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
22	☐ A	☐ B	☒ C	☐ D	☐ E
23	☐ A	☒ B	☐ C	☐ D	☐ E
24	☐ A	☒ B	☐ C	☐ D	☐ E
25	☐ A	☒ B	☐ C	☐ D	☐ E

Printed

Ex. A	(A)	(B)	(C)	(D)
Ex. B	(A)	(B)	(C)	(D)
Ex. C	(A)	(B)	(C)	(D)
1	(A)	(B)	(C)	(D)
2	(A)	(B)	(C)	(D)
3	(A)	(B)	(C)	(D)
4	(A)	(B)	(C)	(D)
5	(A)	(B)	(C)	(D)
6	(A)	(B)	(C)	(D)
7	(A)	(B)	(C)	(D)
8	(A)	(B)	(C)	(D)
9	(A)	(B)	(C)	(D)
10	(A)	(B)	(C)	(D)
11	(A)	(B)	(C)	(D)
12	(A)	(B)	(C)	(D)
13	(A)	(B)	(C)	(D)
14	(A)	(B)	(C)	(D)
15	(A)	(B)	(C)	(D)
16	(A)	(B)	(C)	(D)
17	(A)	(B)	(C)	(D)
18	(A)	(B)	(C)	(D)
19	(A)	(B)	(C)	(D)
20	(A)	(B)	(C)	(D)
21	(A)	(B)	(C)	(D)
22	(A)	(B)	(C)	(D)
23	(A)	(B)	(C)	(D)
24	(A)	(B)	(C)	(D)
25	(A)	(B)	(C)	(D)

Printed

Ex. A	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
Ex. B	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
Ex. C	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
1	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
2	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
3	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
4	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
5	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
6	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
7	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
8	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
9	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
10	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
11	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
12	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
13	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
14	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
15	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
16	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
17	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
18	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
19	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
20	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)

Printed

Ex. A	11	13			
Ex. B	32	64			
Ex. C	16	32			
1	18	21	11	75	28
2	17	17	12	81	243
3	51	56	13	44	45
4	28	26	14	19	27
5	6	3	15	26	16
6	9	12	16	172	36
7	20	25	17	13	1
8	2	30	18	50	51
9	48	19	19	11	12
10	10	3	20	74	38

BATERIA DE PROVAS DE RACIOCÍNIO (BPR 7/9)

Nome: _____ Sexo: ☐ M ☐ F Idade: _____ anos

Escola: _____ Ano: _____ Turma: _____ Data de Hoje: ____ / ____ / ____

Prova RA

Ex. A	☐ A	☐ B	☒ C	☐ D	☐ E
Ex. B	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
Ex. C	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
1	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
2	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
3	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
4	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
5	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
6	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
7	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
8	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
9	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
10	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
11	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
12	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
13	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
14	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
15	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
16	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
17	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
18	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
19	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
20	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
21	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
22	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
23	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
24	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
25	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E

Prova RV

Ex. A	☐ A	☐ B	☒ C	☐ D	☐ E
Ex. B	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
Ex. C	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
1	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
2	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
3	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
4	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
5	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
6	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
7	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
8	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
9	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
10	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
11	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
12	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
13	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
14	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
15	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
16	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
17	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
18	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
19	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
20	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
21	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
22	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
23	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
24	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
25	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E

Prove It

Ex. A	(A)	(B)	(C)	(D)
Ex. B	(A)	(B)	(C)	(D)
Ex. C	(A)	(B)	(C)	(D)
1	(A)	(B)	(C)	(D)
2	(A)	(B)	(C)	(D)
3	(A)	(B)	(C)	(D)
4	(A)	(B)	(C)	(D)
5	(A)	(B)	(C)	(D)
6	(A)	(B)	(C)	(D)
7	(A)	(B)	(C)	(D)
8	(A)	(B)	(C)	(D)
9	(A)	(B)	(C)	(D)
10	(A)	(B)	(C)	(D)
11	(A)	(B)	(C)	(D)
12	(A)	(B)	(C)	(D)
13	(A)	(B)	(C)	(D)
14	(A)	(B)	(C)	(D)
15	(A)	(B)	(C)	(D)
16	(A)	(B)	(C)	(D)
17	(A)	(B)	(C)	(D)
18	(A)	(B)	(C)	(D)
19	(A)	(B)	(C)	(D)
20	(A)	(B)	(C)	(D)
21	(A)	(B)	(C)	(D)
22	(A)	(B)	(C)	(D)
23	(A)	(B)	(C)	(D)
24	(A)	(B)	(C)	(D)
25	(A)	(B)	(C)	(D)

Prove It

Ex. A	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
Ex. B	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
Ex. C	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
1	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
2	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
3	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
4	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
5	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
6	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
7	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
8	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
9	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
10	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
11	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
12	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
13	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
14	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
15	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
16	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
17	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
18	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
19	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)
20	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)

Prove It

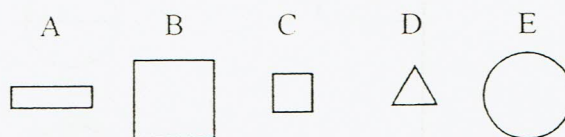
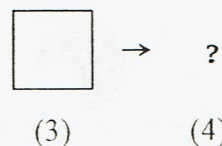
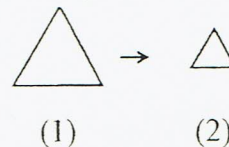
Ex. A	11	13			
Ex. B					
Ex. C					
1			11		
2			12		
3			13		
4			14		
5			15		
6			16		
7			17		
8			18		
9			19		
10			20		

INSTRUÇÕES

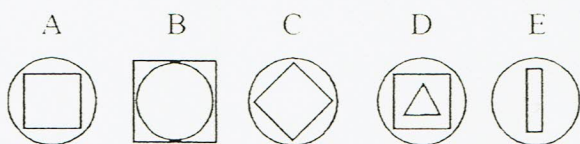
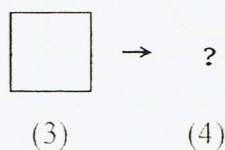
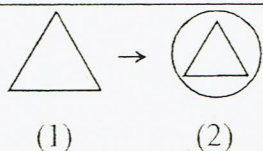
Nestes exercícios a primeira figura (1) sofre uma transformação passando à figura (2). Deverá aplicar esta mesma transformação à figura (3) e ver qual dos desenhos (A, B, C, D, E) serve para indicar a figura que ficaria em (4). Veja este exemplo:

O triângulo (1) transformou-se ficando menor em (2). Transformando-se do mesmo modo, o quadrado (3) ficaria menor como na alternativa C. Na folha de respostas, na linha correspondente ao Exemplo A na coluna da **Prova RA** foi assinalada a letra C, exemplificando a forma como você irá responder (com uma cruz).

Ex. A



Ex. B



Veja o exemplo B.

Tente descobrir de que modo a figura (1) se transforma em (2). Em seguida, procure descobrir como fica a figura (3) aplicando a mesma transformação:

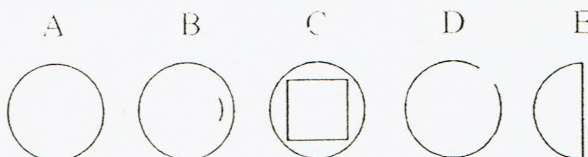
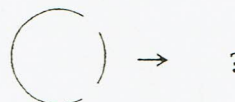
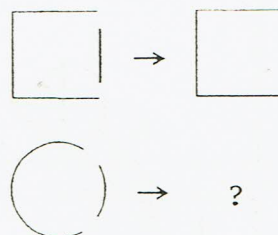
O triângulo (1) fica dentro do círculo em (2), igualmente o quadrado (3) ficaria dentro de um círculo como em A. Indique a sua resposta assinalando, com uma cruz, a letra A no Exemplo B na coluna da **Prova RA** da sua folha de respostas.

Tente agora resolver o exemplo C.

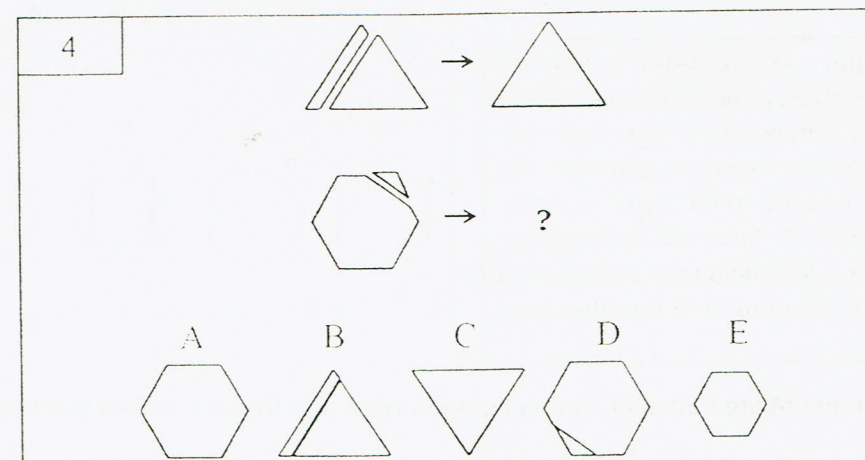
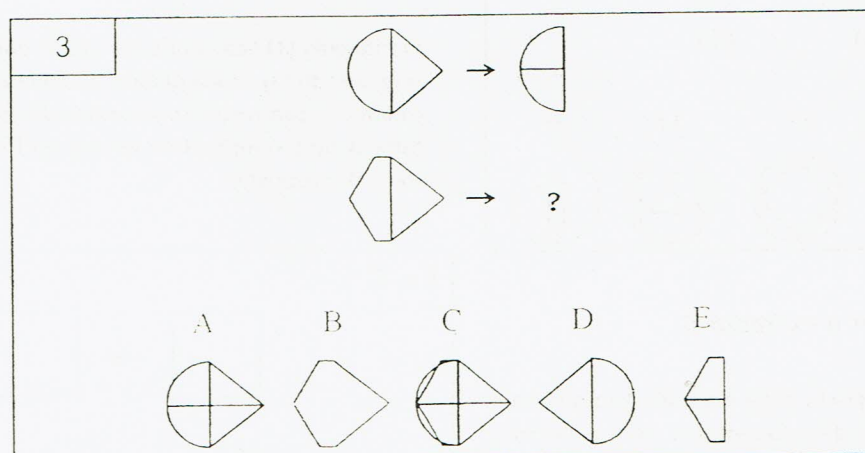
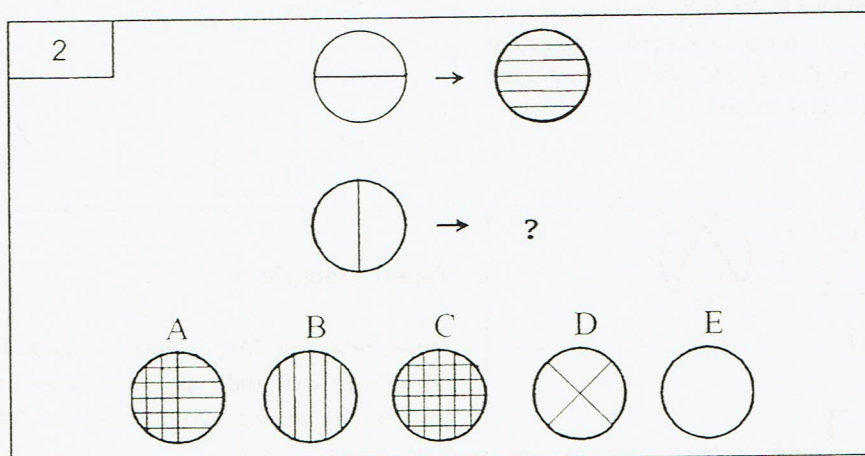
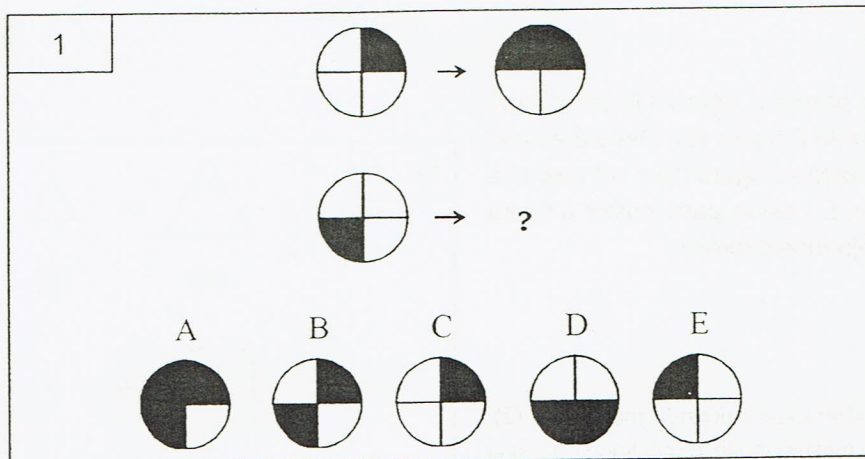
No exemplo C a resposta certa é a letra A (o quadrado completa-se; assim deve acontecer com o círculo).

Certifique-se de que compreendeu o tipo de exercícios que irá resolver, assim como a forma de responder. Trabalhe sem perder tempo. Em caso de dificuldades passe ao exercício seguinte. No final, tendo tempo, poderá voltar atrás e tentar resolver os exercícios em falta. Se se enganar, risque a sua resposta, e faça uma nova cruz na letra que deseja assinalar. Disporá de **5 minutos** para realizar esta prova.

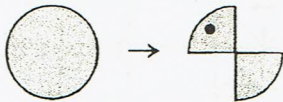
Ex. C



Não escreva nada neste caderno. Tenha cuidado para não trocar a ordem das respostas.



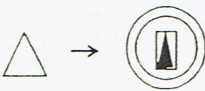
5

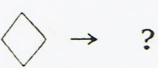




A  B  C  D  E 

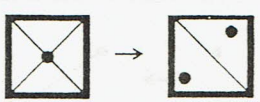
6

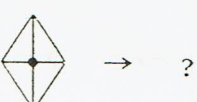




A  B  C  D  E 

7

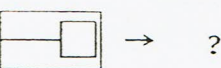




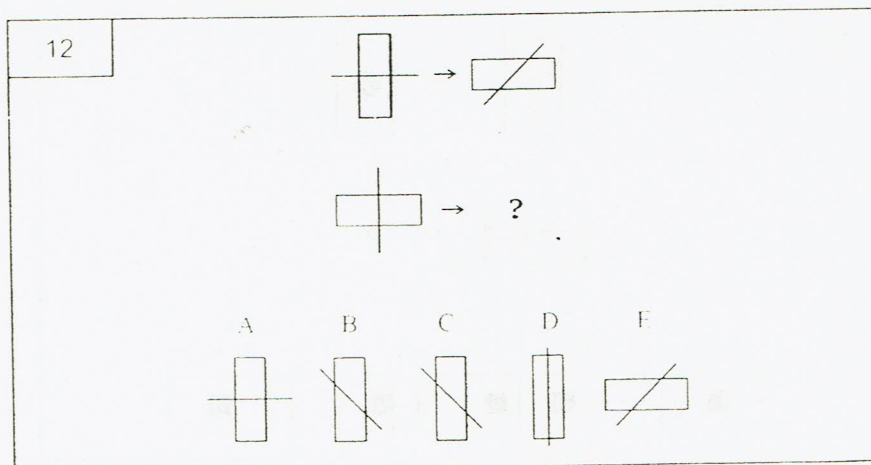
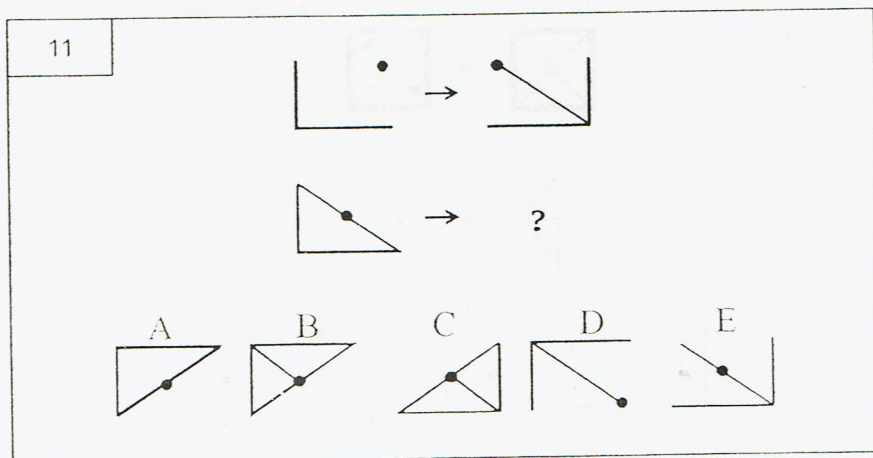
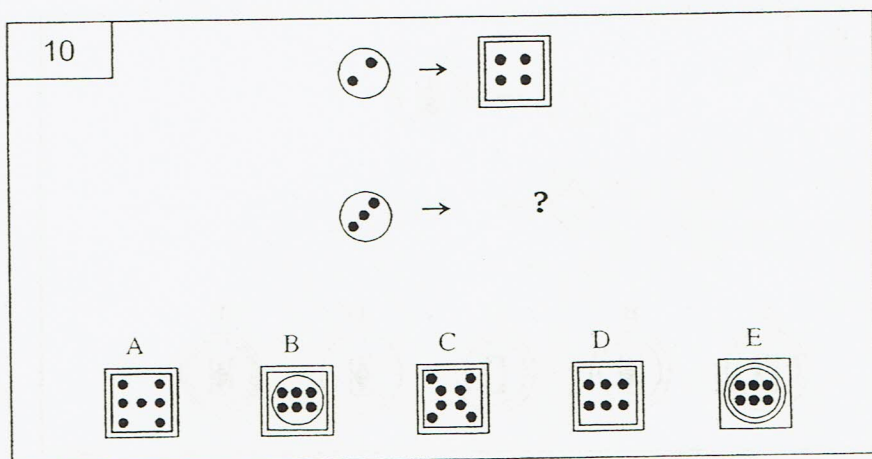
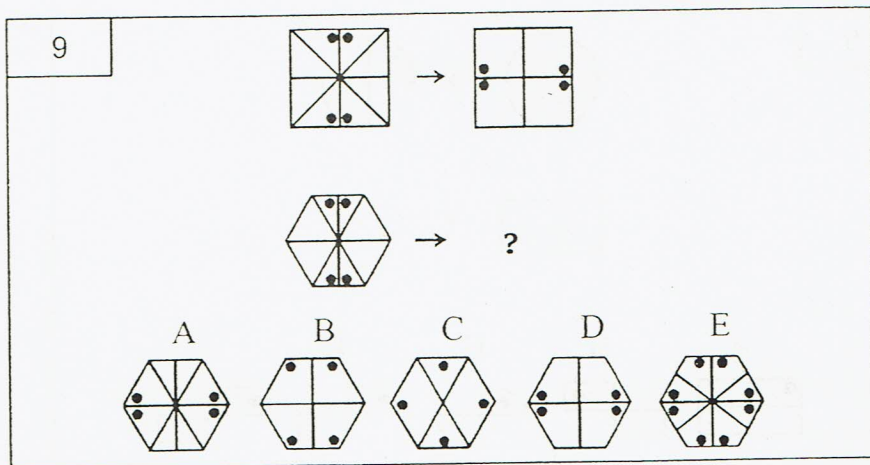
A  B  C  D  E 

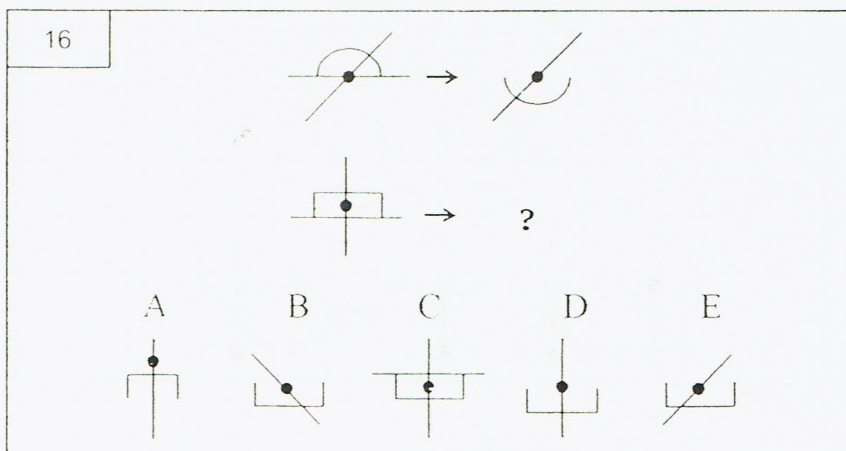
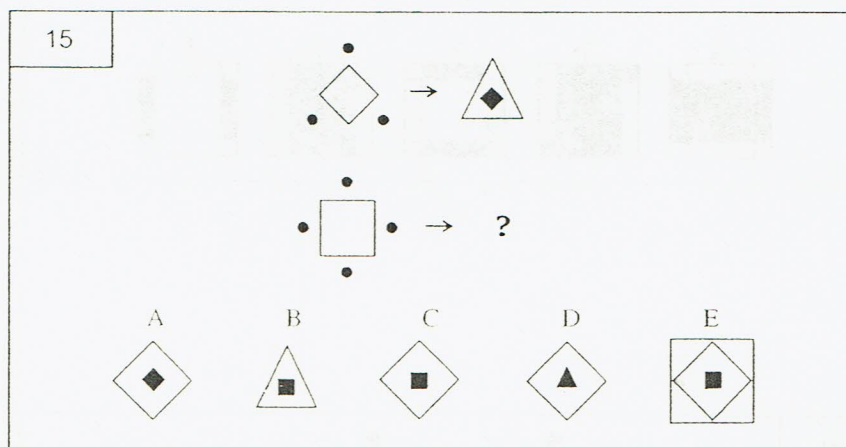
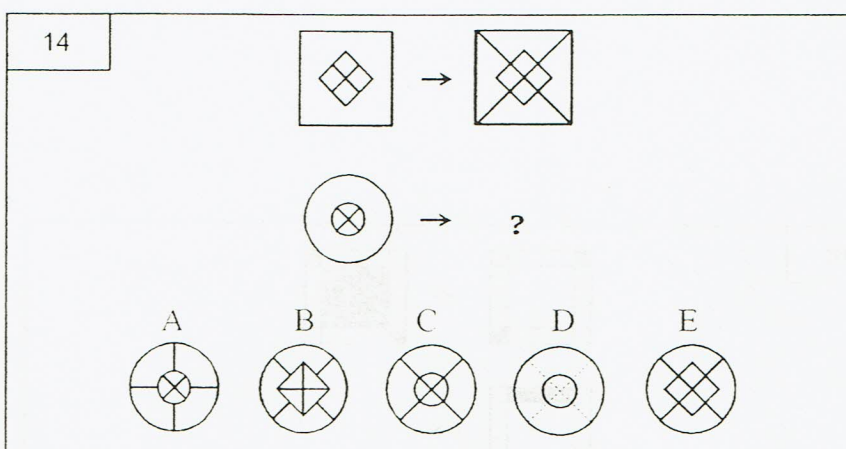
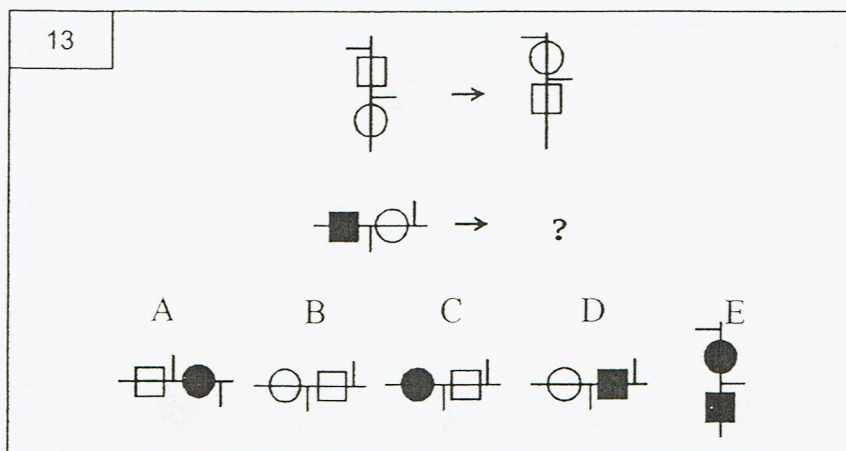
8

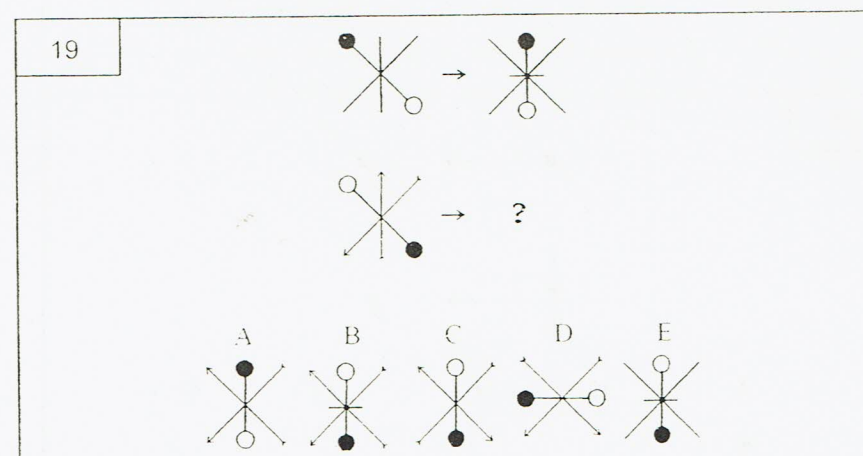
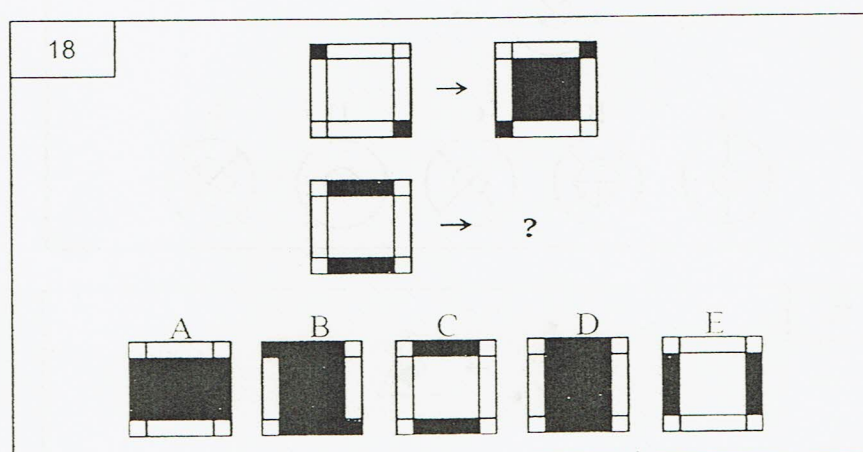
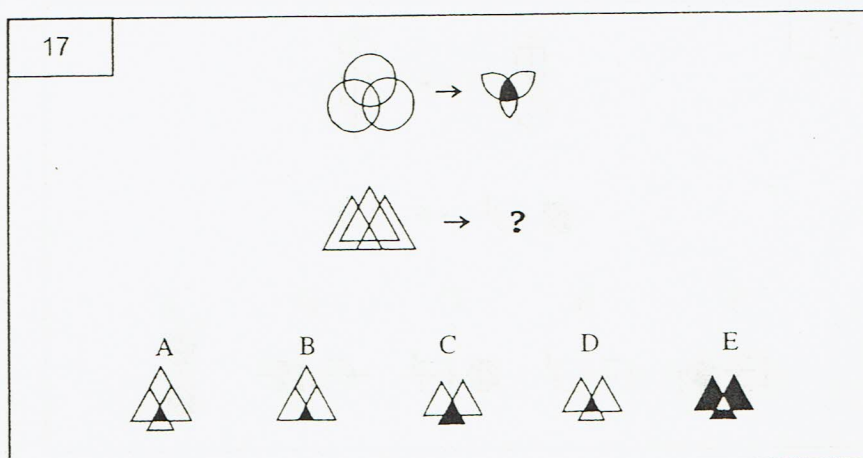


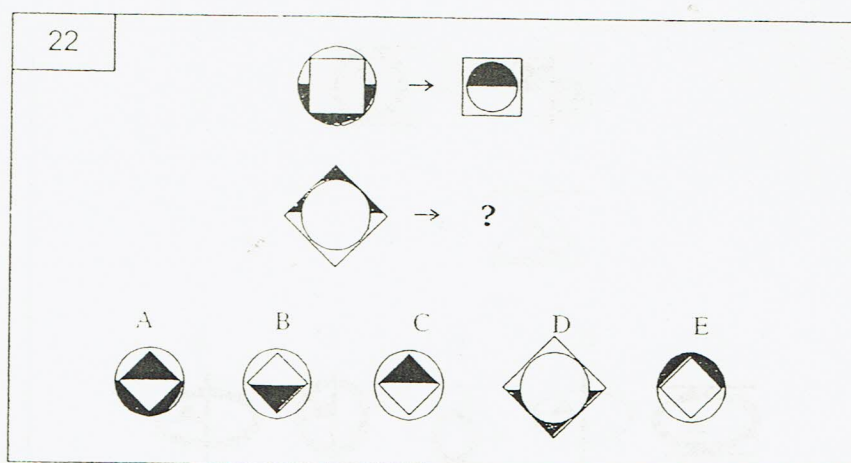
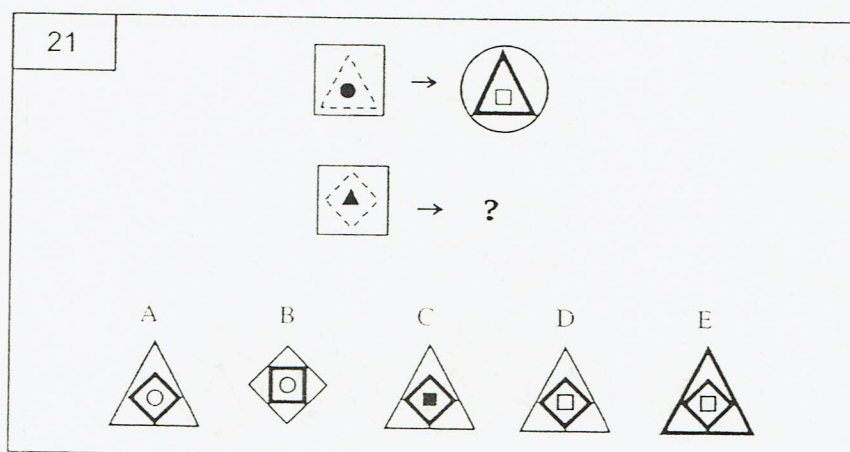
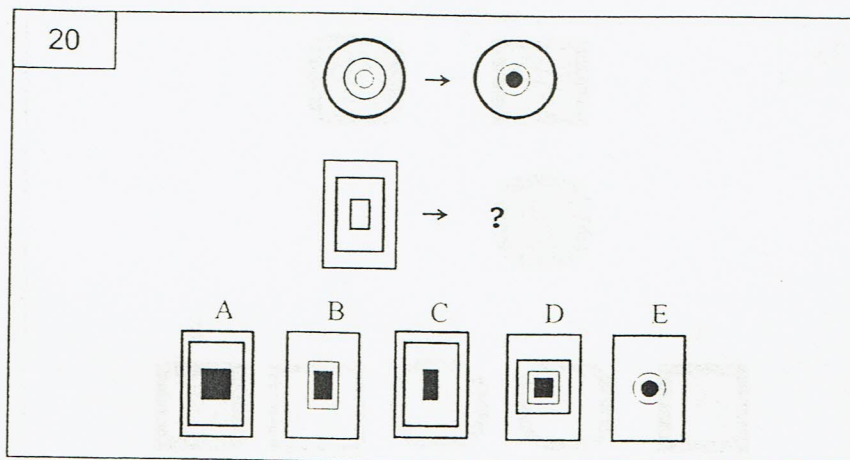


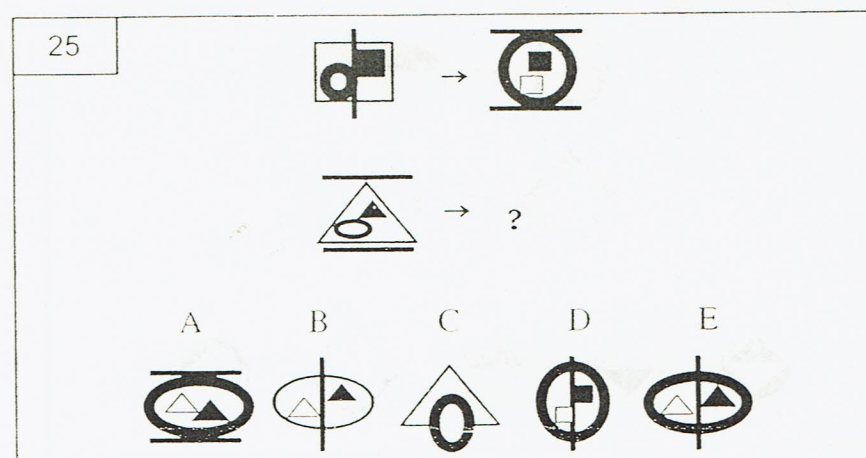
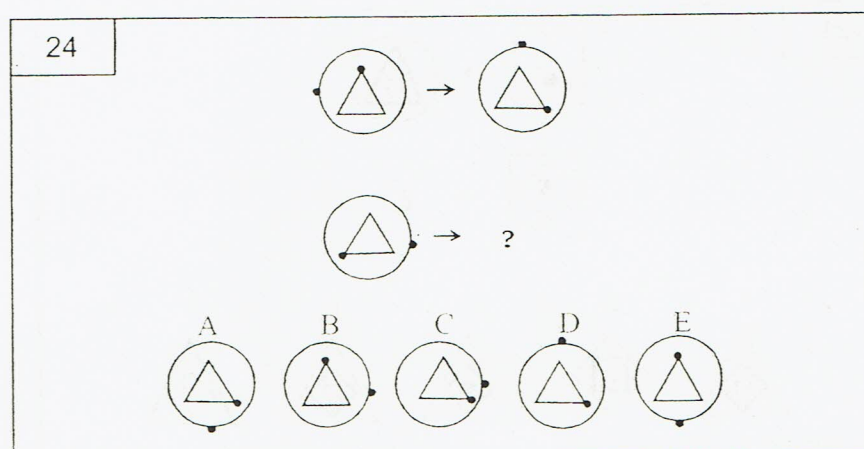
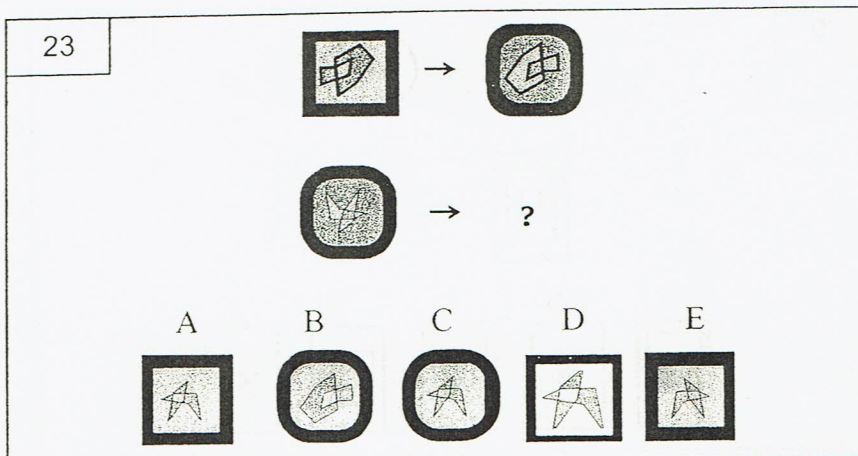
A  B  C  D  E 











INSTRUÇÕES

Esta prova é constituída por frases onde falta a última palavra. É necessário encontrar essa palavra de modo a completar a frase. Veja este exemplo:

Exemplo A:

Dia está para **Noite** como **Sol** está para

A. Luz

B. Energia

C. Lua

D. Satélite

E. Planeta

A frase estaria certa ao escolhermos a palavra "lua". Na folha de respostas, na linha correspondente ao Exemplo A na coluna da **Prova RV**, foi assinalada a letra **C**, exemplificando a forma como irá responder (fazer uma cruz).

Analise agora os exemplos seguintes e assinale, na sua folha de respostas, a letra correspondente à sua escolha. Não escreva neste caderno.

Exemplo B:

Calçado está para **Couro** como **Vestuário** está para

A. Loja

B. Camisola

C. Têxtil

D. Roupas

E. Algodão

Exemplo C:

Almoço está para **Refeição** como **Automóvel** está para

A. Auto-estrada

B. Motor

C. Piloto

D. Veículo

E. Viagem

No exemplo B a resposta certa é "E"; no exemplo C a resposta certa é "D". Verifique se as suas respostas coincidem.

Certifique-se de que compreendeu o tipo de exercícios que irá resolver assim como a forma de responder. Trabalhe sem perder tempo. Em caso de dificuldades passe ao exercício seguinte; no final se quiser poderá voltar atrás e tentar resolver os exercícios em falta. Se se enganar risque a sua resposta e marque com uma nova cruz a alternativa escolhida. Disporá de **4 minutos** para realizar esta prova.

Não escreva nada neste caderno. Tenha cuidado para não trocar a ordem das respostas.

1. Tapete está para Chão como Quadro está para

- A. Muro B. Parede C. Museu D. Sala E. Frente

2. Quartel está para Soldado como Fábrica está para

- A. Trabalho B. Indústria C. Esforço D. Material E. Operário

3. Hora está para Dia como Mês está para

- A. Semana B. Tempo C. Calendário D. Ano E. Século

4. Colar está para Pescoço como Anel está para

- A. Aliança B. Pérola C. Dedo D. Mão E. Prenda

5. Alto está para Baixo como Estreito está para

- A. Apertado B. Grande C. Largo D. Fundo E. Alto

6. Médico está para Doente como Vendedor está para

- A. Feirante B. Cobrador C. Mercadoria D. Cliente E. Comerciante

7. Nunca está para Jamais como Sempre está para

- A. Futuro B. Amanhã C. Eterno D. Logo E. Prazo

8. Lenda está para Realidade como Dúvida está para

- A. Certeza B. Tradição C. História D. Possível E. Imaginação

9. Bússola está para Navegador como Semáforo está para

- A. Vermelho B. Motorista C. Carro D. Sinalizador E. Código

10. Rosto está para Face como Topo está para

- A. Encosta B. Base C. Alto D. Lado E. Cume

11. Asa está para Ar como Roda está para

- A. Pneu B. Carro C. Eixo D. Estrada E. Velocidade

12. Importar está para Comprar como Exportar está para

- A. Adquirir B. Trocar C. Comercializar D. Enviar E. Vender

13. Minoria está para Maioria como Poucos está para

- A. Alguns B. Vários C. Muitos D. Todos E. Frequentes

14. Moldura está para Quadro como Fronteira está para

- A. Arredores B. Contorno C. Terra D. País E. Alfândega

15. Piano está para Música como Voz está para

- A. Cantor B. Canto C. Disco D. Melodia E. Rádio

16. Tudo está para Nada como Sempre está para

- A. Raramente B. Pouco C. Frequente D. Às vezes E. Nunca

17. Esperança está para Futuro como Arrependimento está para

- A. Posterior B. Remorso C. Passado D. Correção E. Culpa

18. Ensaio está para Exibição como Treino está para

- A. Repetição B. Vitória C. Desporto D. Preparação E. Competição

19. Escultura está para Arte como Poesia está para

- A. Poema B. Literatura C. Livro D. Canção E. Escritor

20. Aprovar está para Contradizer como Avançar está para

- A. Correr B. Parar C. Impedir D. Mudar E. Retroceder

21. Antecedente está para Consequente como Presente está para

- A. Futuro B. Actualidade C. Passado D. Desenvolvimento E. Permanente

22. Duradouro está para Constante como Habitual está para

- A. Sempre B. Inconstante C. Frequente D. Repetitivo E. Mutável

23. Juntar está para Fundir como Reunir está para

- A. Relacionar B. Incorporar C. Associar D. Aliar E. Misturar

24. Ouvido está para Música como Olfacto está para

- A. Gosto B. Perfume C. Ar D. Cheiro E. Ritmo

25. Meditar está para Concentração como Julgar está para

- A. Afirmação B. Ponderação C. Atenção D. Condenação E. Julgamento

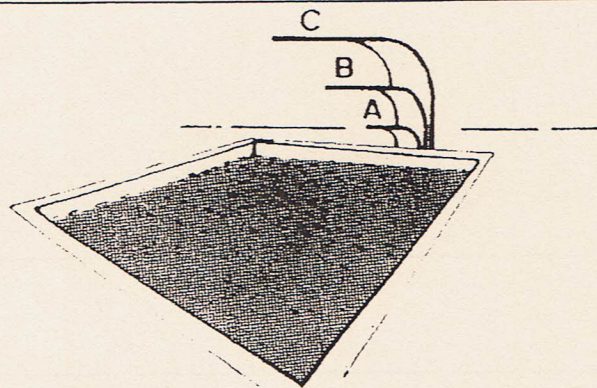
INSTRUÇÕES

Esta prova é composta por um conjunto de exercícios que requerem, por um lado, a leitura de um pequeno texto e, por outro, a análise atenta de um desenho ao lado. Resolva os três problemas seguintes para compreender a prova. Responda assinalando, com uma cruz, a letra que corresponde à solução encontrada na coluna para a Prova RM da sua folha de respostas. Responda no local apropriado a cada exemplo.

Exemplo A

Que patamar (A, B, C) possibilita atingir uma maior profundidade com o salto?

Se igual marque D.

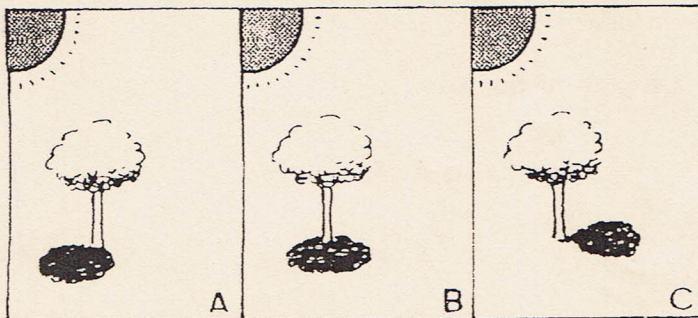


A resposta seria o patamar C porque é o mais alto. É por isso que a letra C já aparece assinalada, com uma cruz, no exemplo A da Prova RM na sua folha de respostas.

Exemplo B

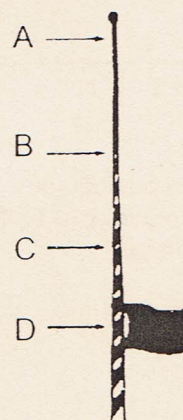
Observando a posição do sol, qual das árvores (A, B, C) terá a sua sombra mais adequadamente desenhada?

Se igual marque D.



Exemplo C

Em que parte do mastro (A, B, C, D) a bandeira tenderá a ser mais facilmente agitada pelo vento?



No exemplo B a resposta seria C; No exemplo C a resposta seria A.

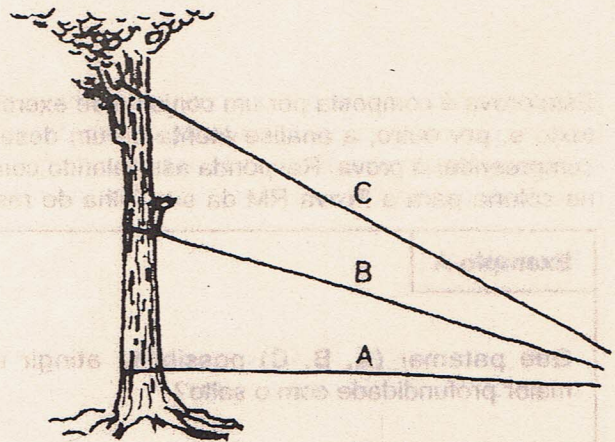
Neste caderno encontrará exercícios semelhantes. Certifique-se de que compreendeu o tipo de exercícios que irá resolver, assim como a forma de responder. Trabalhe sem perder tempo. Em caso de dificuldades passe ao exercício seguinte. No final, tendo tempo, poderá voltar atrás e tentar resolver os exercícios em falta. Se se enganar risque a sua resposta e faça uma nova cruz na letra que deseja assinalar. Disporá de **8 minutos** para realizar esta prova.

Não escreva nada neste caderno. Tenha cuidado para não trocar a ordem das respostas.

Exercício 1

Que corda (A, B, C) permite derrubar mais facilmente a árvore?

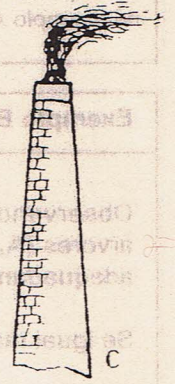
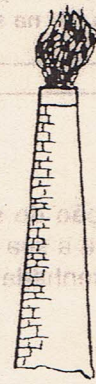
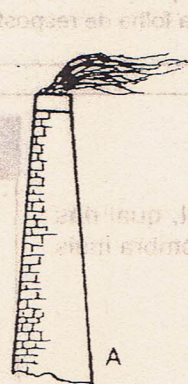
Se igual marque D.



Exercício 2

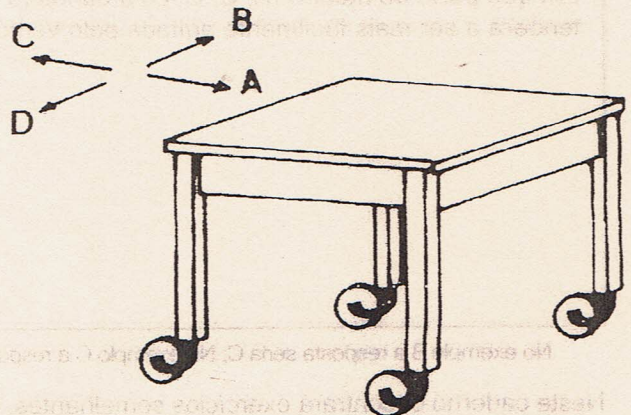
Saindo o fumo com a mesma pressão, em que situação (A, B, C) se verifica maior velocidade do vento?

Se igual marque D.



Exercício 3

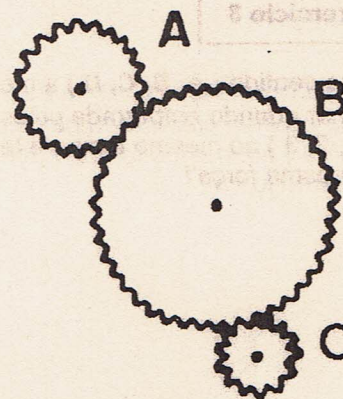
Olhando a posição das rodas das pernas da mesa, em que sentido (A, B, C, D) a mesa acabou de se movimentar?



Exercício 4

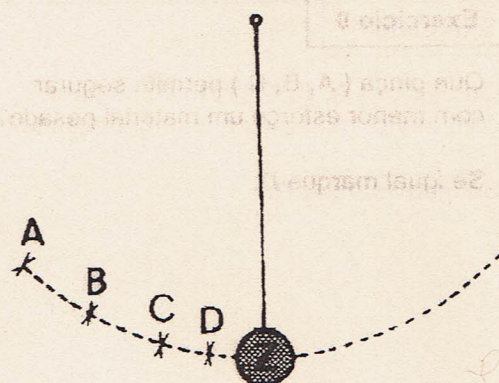
Que roda (A, B, C) dá mais voltas num igual período de tempo?

Se igual marque D.



Exercício 5

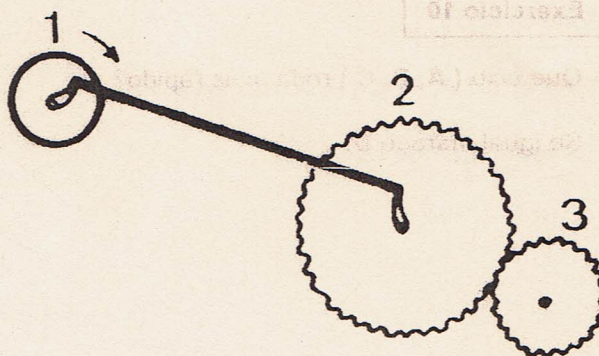
Em que ponto do trajeto (A, B, C, D) o pêndulo Z passa com uma maior velocidade?



Exercício 6

Se a roda 1 gira para a direita, qual das alternativas está correta?

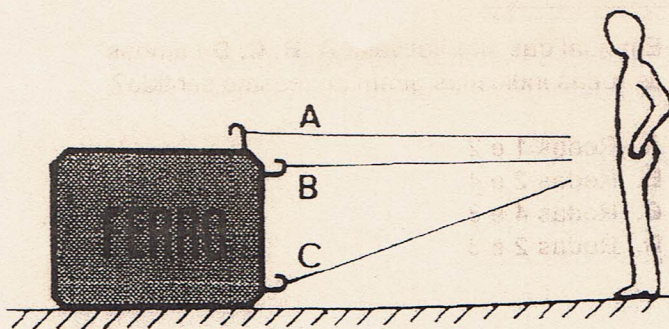
- A. 2 e 3 giram ambas para a direita
- B. 2 e 3 giram ambas para a esquerda
- C. 2 e 3 giram em sentido contrário entre si
- D. 1 e 3 giram ambas para a direita



Exercício 7

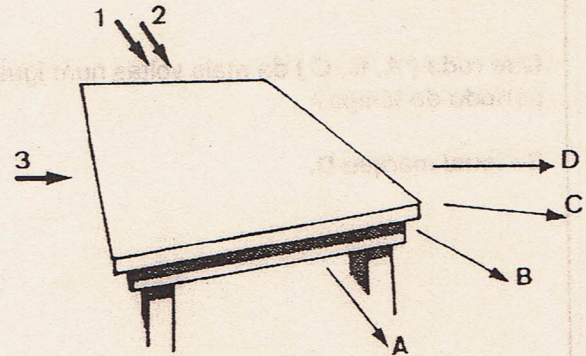
Com que corda (A, B, C) será mais fácil deslocar o peso?

Se igual marque D.



Exercício 8

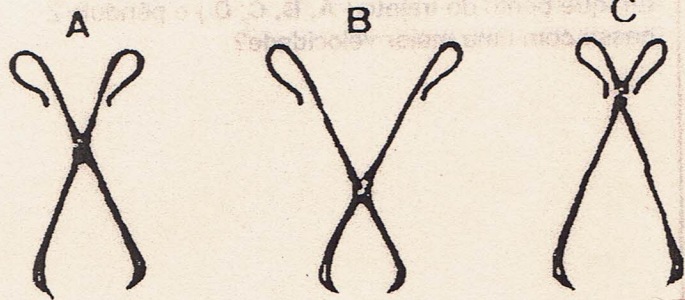
Que sentido (A, B, C, D) a mesa tenderá a tomar quando empurrada pelos três indivíduos (1, 2, 3) ao mesmo tempo e tendo todos a mesma força?



Exercício 9

Que pinça (A, B, C) permite segurar com menor esforço um material pesado?

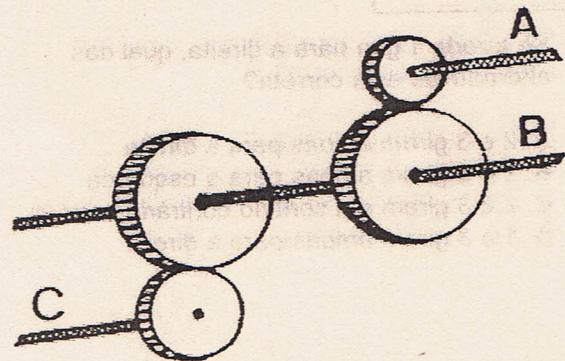
Se igual marque D.



Exercício 10

Que eixo (A, B, C) roda mais rápido?

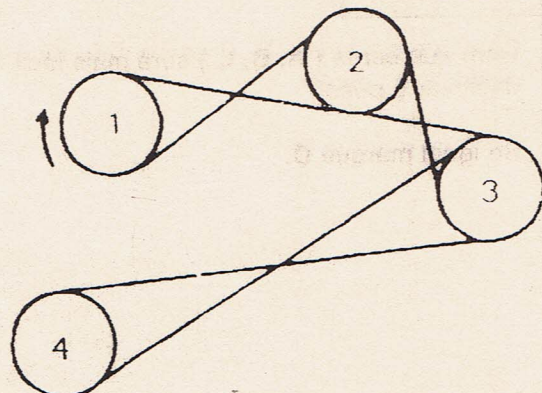
Se igual marque D.



Exercício 11

Em qual das alternativas (A, B, C, D) ambas as rodas indicadas giram no mesmo sentido?

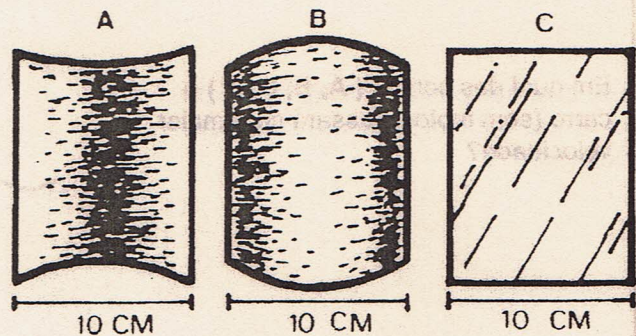
- A. Rodas 1 e 2
- B. Rodas 2 e 4
- C. Rodas 4 e 3
- D. Rodas 2 e 3



Exercício 12

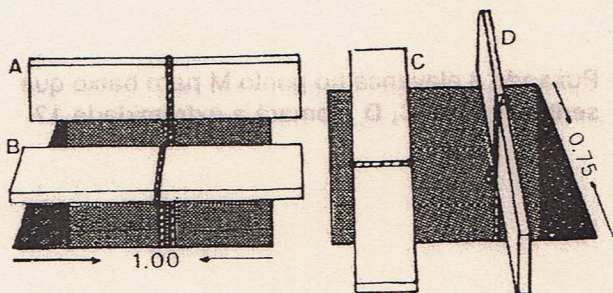
Qual dos espelhos retrovisores (A, B, C) permite observar uma maior área geográfica?

Se igual marque D.



Exercício 13

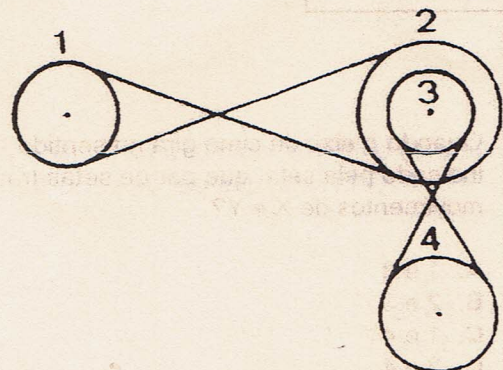
Em qual das posições (A, B, C, D) a tábua, sendo a mesma, aguentará um peso maior?



Exercício 14

As rodas 2 e 3 são **solidárias**, isto é, têm o mesmo eixo. Em qual dos pares seguintes (A, B, C, D) as rodas andam no mesmo sentido?

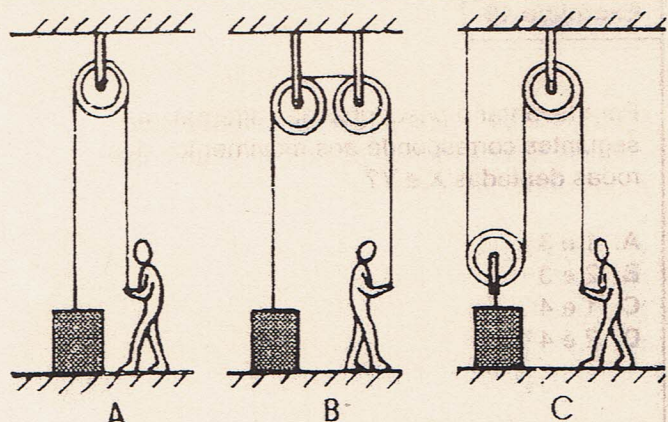
- A. Rodas 2 e 4
- B. Rodas 1 e 4
- C. Rodas 4 e 3
- D. Rodas 1 e 3



Exercício 15

Em que situação (A, B, C) será mais fácil erguer o peso?

Se igual marque D.



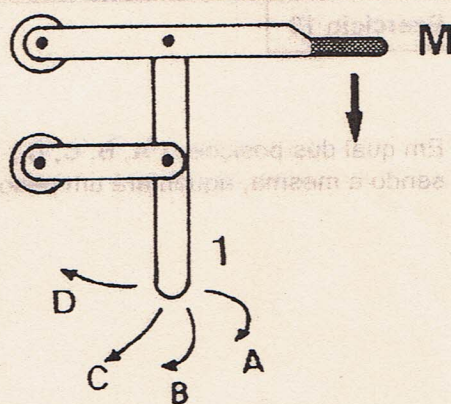
Exercício 16

Em qual dos pontos (A, B, C, D) o carro (sem motor) passará com maior velocidade?



Exercício 17

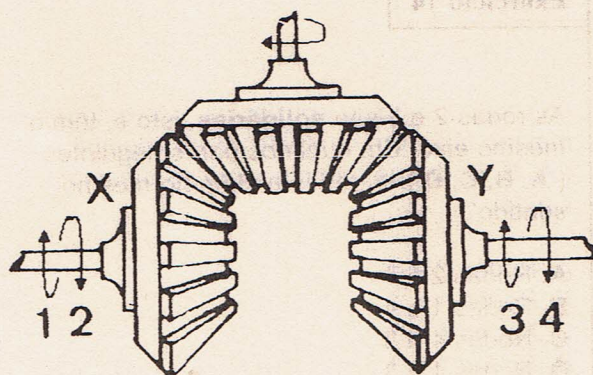
Puxando a alavanca no ponto M para baixo que sentido (A, B, C, D) tomará a extremidade 1?



Exercício 18

Quando o eixo de cima gira no sentido indicado pela seta, que par de setas traduz os movimentos de X e Y?

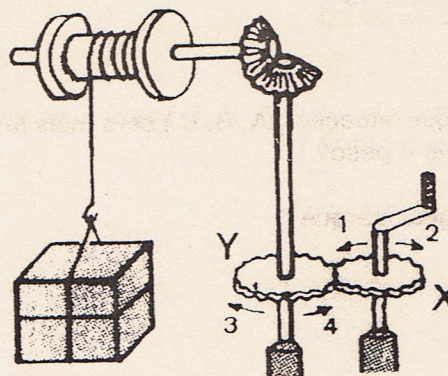
- A. 1 e 3
- B. 2 e 3
- C. 1 e 4
- D. 2 e 4



Exercício 19

Para levantar o peso, qual das alternativas seguintes corresponde aos movimentos das rodas dentadas X e Y?

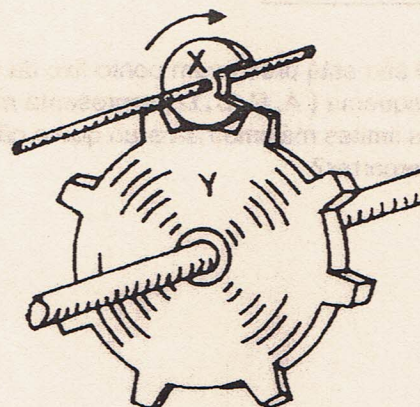
- A. 1 e 3
- B. 2 e 3
- C. 1 e 4
- D. 2 e 4



Exercício 20

A roda X faz girar a roda Y. Girando a roda X para a direita, como indica a seta, que tipo de movimento (A, B, C, D) apresentará a roda Y?

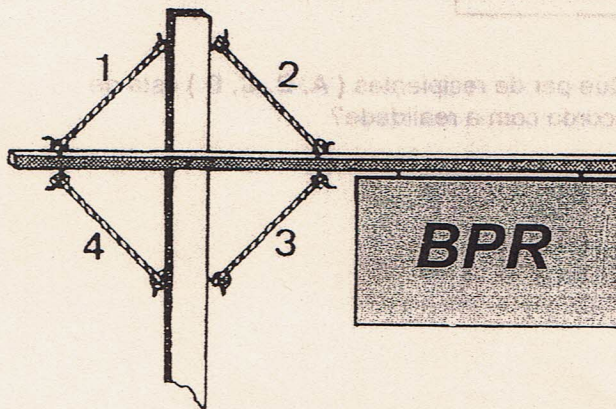
- A. De um modo contínuo para a direita
- B. De um modo contínuo para a esquerda
- C. De um modo intervalar para a direita
- D. De um modo intervalar para a esquerda



Exercício 21

Que par de cordas (A, B, C, D) não deixa, realmente, a placa publicitária descair?

- A. Cordas 1 e 2
- B. Cordas 3 e 2
- C. Cordas 1 e 4
- D. Cordas 2 e 4

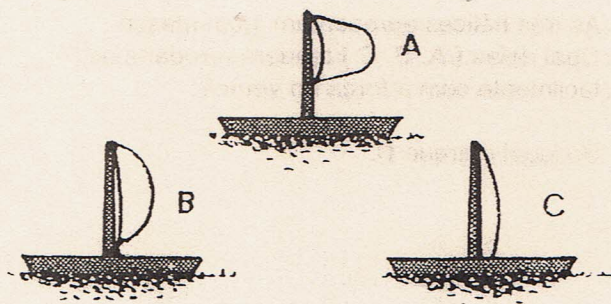


Exercício 14

Exercício 22

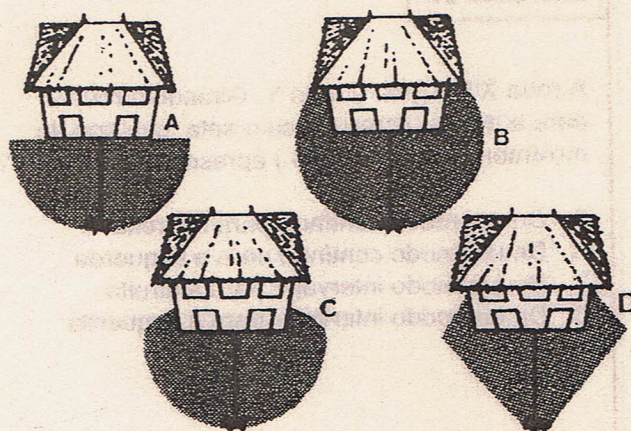
Sendo idêntica a velocidade do vento e a largura das velas, que barco (A, B, C) atingirá uma maior velocidade?

Se igual marque D.



Exercício 23

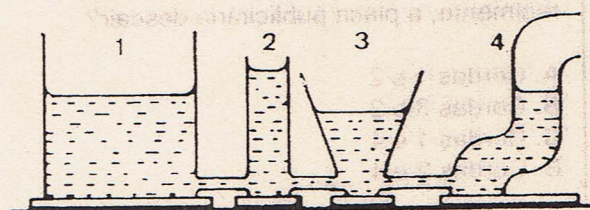
O cão está preso num ponto fixo da casa. Que esquema (A, B, C, D) representa melhor os limites máximos da área que o cão pode percorrer?



Exercício 24

Que par de recipientes (A, B, C, D) está de acordo com a realidade?

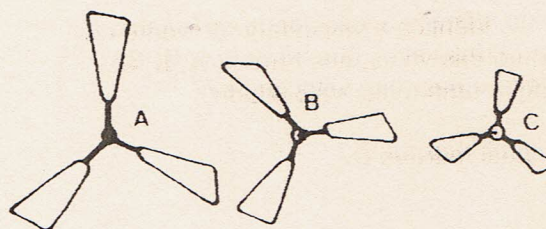
- A. 1 e 2
- B. 3 e 4
- C. 1 e 3
- D. 1 e 4



Exercício 25

As três hélices apresentam igual massa. Qual delas (A, B, C) tenderá a rodar mais facilmente com a força do vento?

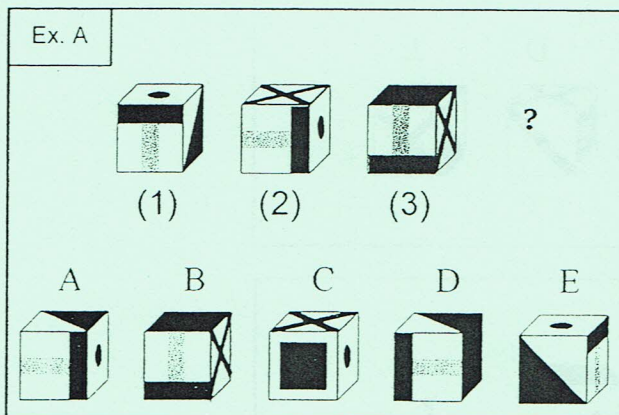
Se igual marque D.



INSTRUÇÕES

Em cada exercício vai encontrar um cubo que está em movimento. Conforme ele vai rodando, as posições das suas faces vão mudando. O seu trabalho consiste em descobrir para que lado o cubo gira, para depois completar a série de cubos já iniciada. Veja o exemplo A:

Que cubo (A, B, C, D, E) vai aparecer no local assinalado com um ponto de interrogação (?), para completar a série?

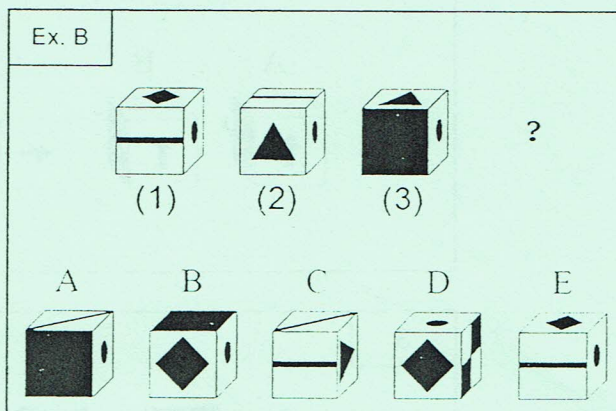


O cubo (1) está decorado com um ponto negro na face de cima. No cubo (2) esse ponto está agora na face direita, e por cima aparece uma cruz porque o cubo girou para a direita. Olhando depois o cubo (3), o ponto negro não é visível porque se encontra na base do cubo e a cruz que estava antes em cima aparece agora na face direita. O cubo girou de novo para a direita e a face de cima aparece toda pintada. Girando agora o cubo (3) outra vez para a direita, teremos no local (4) um cubo onde a face escura estará agora no lado direito. A apresentação desse novo cubo corresponde, então, ao desenho D. Na sua folha de respostas na coluna destinada à Prova RE, no Exemplo A aparece assinalada a letra D indicando a forma como você deve responder (fazer uma cruz).

Veja agora o exemplo B

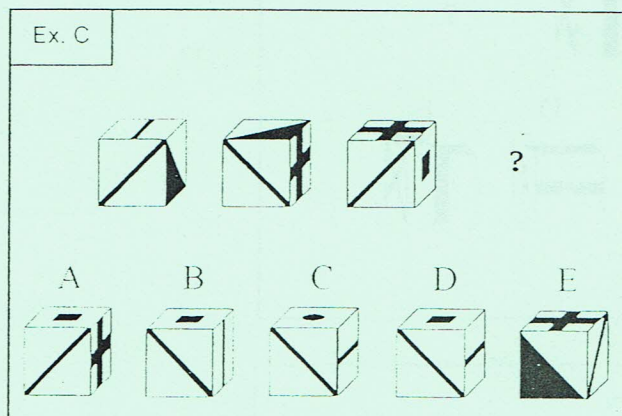
Descubra para que lado gira o cubo e indique que desenho (A, B, C, D, E) completa a série:

O cubo gira para cima pois, a linha negra passa para cima no cubo (2) e depois o triângulo passa para cima no cubo (3). Se continuar o movimento para cima verá que o desenho que completa a série corresponde à letra B (a face escura passou para cima). Assinale, com uma cruz, a resposta B na sua folha de respostas.



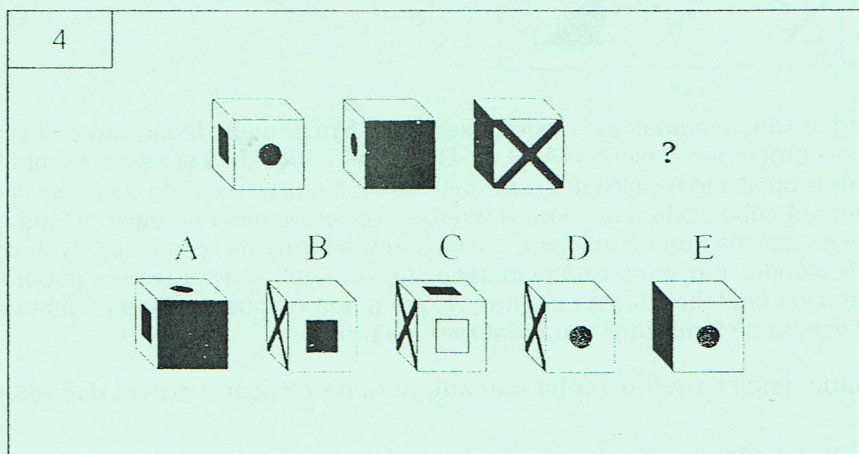
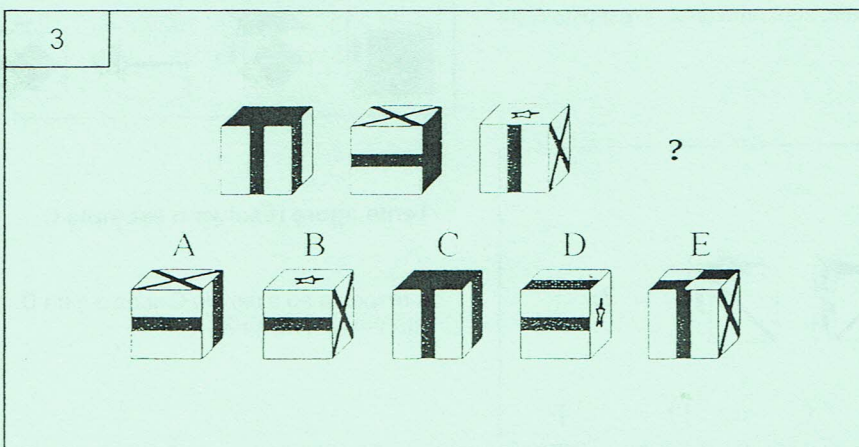
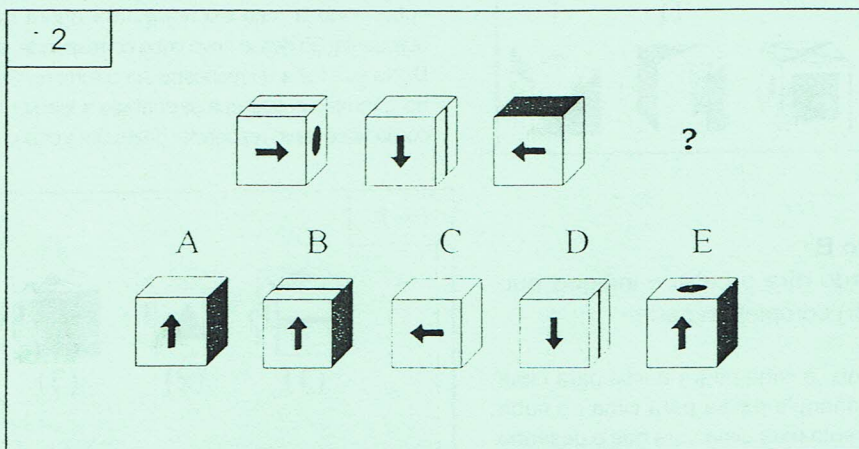
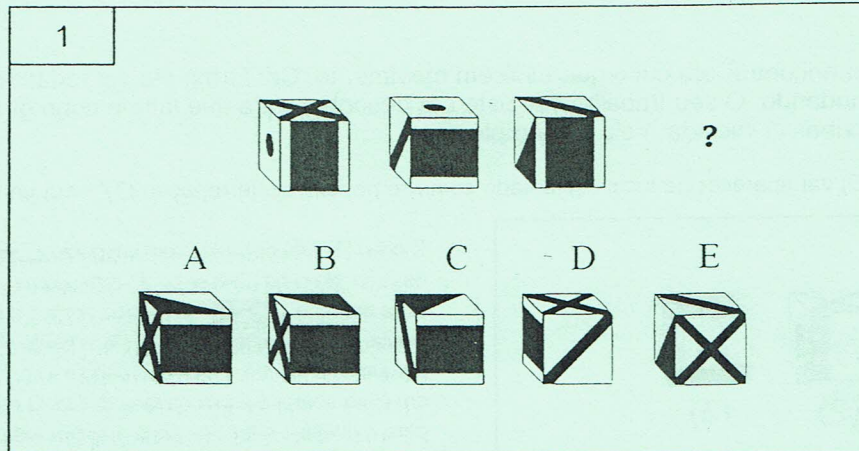
Tente agora resolver o exemplo C.

A resposta no exemplo C seria a letra D. Note que o cubo gira para a esquerda.

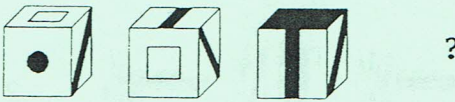


Os exercícios desta prova são semelhantes a estes exemplos. Em primeiro lugar, deve descobrir para que lado gira o cubo e depois procurar o desenho (A, B, C, D, E) que completa a série apresentada e assinalar, com uma cruz, a letra correspondente na folha de respostas. Perceba que as faces do cubo têm necessariamente 6 decorações diferentes. O cubo pode girar para a direita, esquerda, cima ou baixo. Certifique-se de que compreendeu o tipo de exercícios que irá resolver, assim como a forma de responder. Trabalhe sem perder tempo. Em caso de dificuldades passe ao exercício seguinte. No final, se tiver tempo, poderá voltar atrás e tentar resolver os exercícios em falta. Se se enganar, risque a sua resposta e faça uma nova cruz na letra que deseja assinalar. Disporá de **9 minutos** para realizar esta prova.

Não escreva nada neste caderno. Tenha cuidado para não trocar a ordem das respostas.



5



A

B

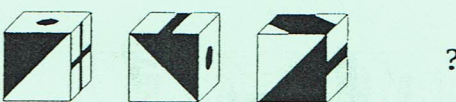
C

D

E



6



A

B

C

D

E



7



A

B

C

D

E



8



A

B

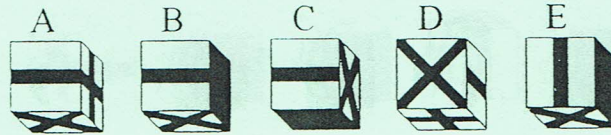
C

D

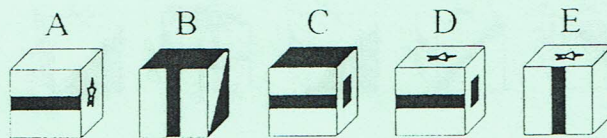
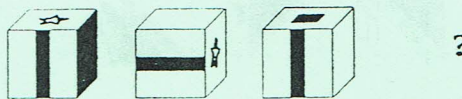
E



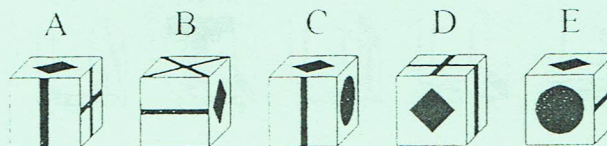
9



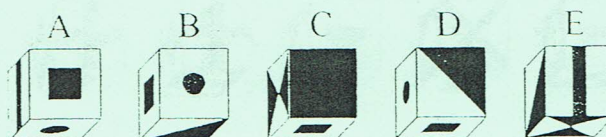
10



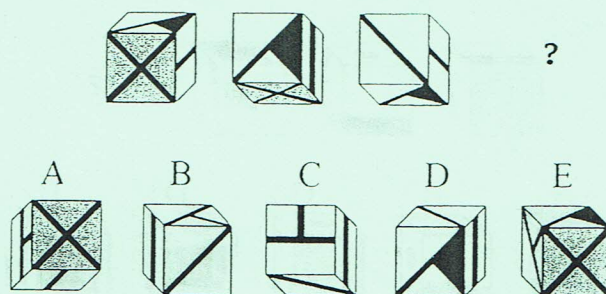
11



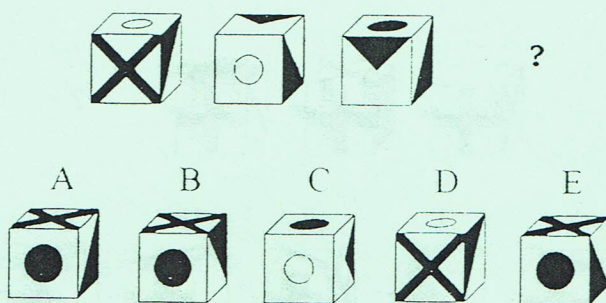
12



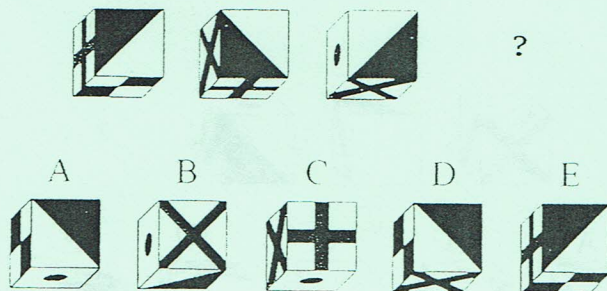
13



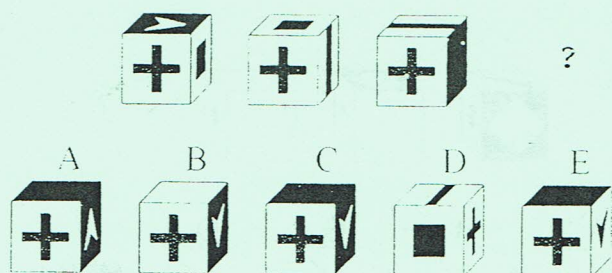
14



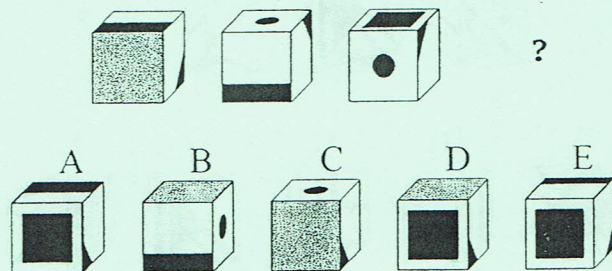
15



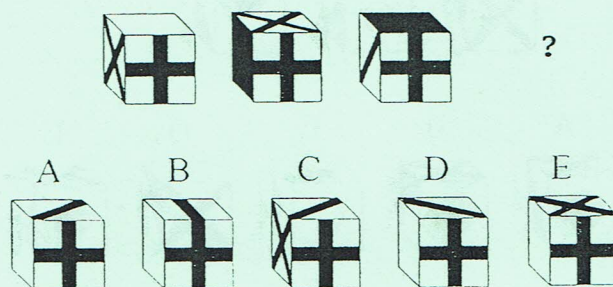
16



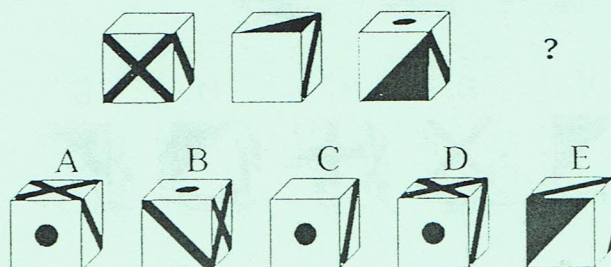
17



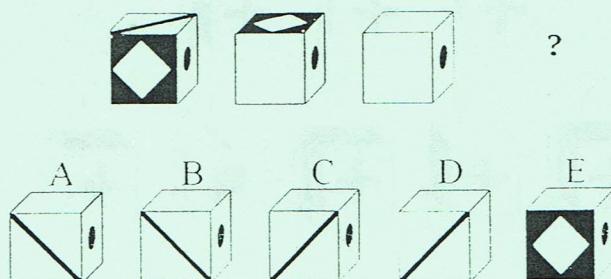
18



19



20



INSTRUÇÕES

Nesta prova irá continuar uma série de números. Em cada série, os números aparecem de acordo com uma determinada ordem. Em primeiro lugar deverá descobrir qual é essa ordem, isto é, **o modo como os números se sucedem**. Em segundo, deverá encontrar os dois números que viriam logo a seguir e **que completam a série apresentada**.

Veja o exemplo abaixo. Analise a série de números e descubra quais os dois números que viriam a seguir nos locais marcados com pontos de interrogação (? ?):

Exemplo A

1 3 5 7 9 ? ?

Verifique que os números aparecem de dois em dois. A resposta então é: **11 / 13**. Os números devem ser escritos, **sem trocar a ordem**, nos quadrados destinados ao exemplo A, na coluna da **Prova RN** da folha de respostas. (Note que a resposta já foi preenchida).

Analise agora os exemplos B e C. Procure encontrar os dois números que completam as séries correspondentes a cada um dos exemplos. Responda na sua folha de respostas; não escreva nada neste caderno. Se precisar de fazer contas, utilize uma folha de rascunho.

Exemplo B

1 2 4 8 16 ? ?

Exemplo C

4 7 6 10 8 13 10 ? ?

No exemplo B a resposta é: **32 / 64** (cada número é o dobro do anterior).

No exemplo C a resposta é: **16 / 12** (existem duas séries misturadas). Uma série é formada por números que se sucedem de dois em dois **4 6 8 10**, e na outra série os números andam de três em três **7 10 13**. Como as duas séries estão misturadas de modo alternado temos:

4 7 6 10 8 13 10

Certifique-se de que compreendeu o tipo de exercícios que irá resolver assim como a forma de responder. Trabalhe sem perder tempo. Em caso de dificuldades passe ao exercício seguinte; no final, tendo tempo, se quiser poderá voltar atrás e tentar resolver os exercícios em falta. Se se enganar nalgum número que escreve, risque e marque ao lado a sua nova resposta. Cuidado para não trocar a ordem dos números ao escrevê-los na folha de resposta. Disporá de **10 minutos** para realizar esta prova.

Não escreva nada neste caderno. Tenha cuidado para não trocar a ordem das respostas.

1. 3 6 9 12 15 ? ?

2. 11 23 13 21 15 19 ? ?

3. 26 31 36 41 46 ? ?

4. 13 11 18 16 23 21 ? ?

5. 96 48 24 12 ? ?

6. 12 15 11 14 10 13 ? ?

7. 5 50 10 40 15 30 20 ? ?

8. 6 5 12 4 18 3 24 ? ?

9. 3 3 6 7 12 11 24 15 ? ?

10. 45 38 31 24 17 ? ?

11. 14 15 16 30 20 45 22 60 26 ? ?

12. 1 3 9 27 2 ?

13. 26 27 29 30 33 34 38 39 ? ?

14. 7 9 10 12 13 16 16 21 ? ?

15. 25 26 24 27 21 26 20 27 17 ? ?

16. 60 80 88 69 116 58 144 47 ? ?

17. 19 7 6 17 5 4 15 3 2 ? ?

18. 18 19 22 27 34 35 38 43 ? ?

19. 17 18 20 15 16 18 13 14 16 ? ?

20. 11 12 14 18 26 42 ? ?



“A ESCOLHA CERTA!”

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar



Notas escolares

Nome: _____

Ano: 9º

Turma: _____

Disciplinas	Notas 3ºP 8º ano	Notas 1ºP 9º ano	Notas 2ºP 9º ano	Notas 3ºP 9º ano
Português				
Matemática				
História				
Inglês				
Francês				
Ciências da Natureza				
Geografia				
Físico-Química				
Educação Visual				
Educação Física				
Oferta Complementar				
EMRC				
F. Música				
Instrumento				
C. Conj.				

Observações: _____

Folha de Presenças

Ano: 9º

[illegible]

Avaliação da sessão 9º

Esta grelha tem como objetivo conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques o *smile* mediante o que sentiste em cada sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós!

Satisfatório 😊 **Indiferente** 😐 **Não satisfatório** ☹

[illegible]

Agrupamento de Escolas de Maximinos

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Serviço de Psicologia

O apoio psicológico compreende-se como uma modalidade fundamental de auxílio na orientação e exploração vocacional. No desenvolvimento vocacional é importante promover a capacidade de decisão, mas também orientar e capacitar o aluno “no conhecimento e exploração das suas aptidões, interesses, atitudes, valores, motivações e aspirações; dar a conhecer a realidade sobre as oportunidades do mundo do trabalho, bem como consciencializar os alunos acerca das capacidades necessárias requeridas para o exercício das diversas profissões e ainda, orientar o aluno para a escolha vocacional que melhor lhe ajuste” (Nérici, 1983, cit. in Carmo & Costa, 2005, p.3). A exploração de si próprio tal como o autoconceito, a autoeficácia, a tomada de decisão, o valor atribuído à escola e à profissão, bem como o meio onde se encontra inserido, são igualmente fatores que desempenham um papel crucial na decisão vocacional (Taveira, 2000).

No seguimento do exposto decorreram sessões de Orientação Vocacional cujos resultados constam do presente Relatório de Orientação para a Carreira.

Os encarregados de educação podem, caso pretendam, marcar atendimento individual para esclarecimento de dúvidas, devendo para tal contactar o Gabinete de Mediação e Orientação Escolar, na Escola Básica 2/3 Frei Caetano Brandão, através dos números de telefone 253 309 090, solicitando a Psicóloga que dinamizou o processo, ou Sónia Dias, Psicóloga do Agrupamento de Escolas, que orientou o mesmo.

Nome do aluno:

Turma: 9º Nº **Idade:** anos

Apresentação:

O aluno define-se como: •	Objetivos futuros:
----------------------------------	---------------------------

História Escolar: resultados escolares mais importantes

Disciplinas com resultados mais elevados	Disciplinas com resultados mais baixos
•	

Profissões idealizadas:

1.º
2.º
3.º

Papéis/contextos de vida e atividades:

Interesses:
Valores:

Interesse e Preferências Profissionais - Edição Revista (IPP-R) (La Cruz, 2013)

Atividades	1.	2.	3.
Profissões	1.	2.	3.

Bateria de Provas de Raciocínio (Almeida & Lemos, 2006)

Aptidões mais elevadas:	
Aptidões mais delicadas:	

Orientação para o próximo ano letivo:

--

A Psicóloga Orientadora

A Psicóloga

Folha de Presenças

Ano: 9º

[illegible]

Avaliação da sessão 9º

Esta grelha tem como objetivo conhecer a tua opinião sobre as sessões. Pedimos-te que coloques o *smile* mediante o que sentiste em cada sessão. Sê verdadeiro pois o que pensas é muito importante para nós!

Satisfatório 😊 **Indiferente** 😐 **Não satisfatório** ☹

[illegible]



Caros Encarregados de Educação,

Na sequência do **Programa de Orientação Vocacional para os alunos do 9º ano – “A escolha certa!”**, que foi apresentado na reunião de Pais em janeiro deste ano, o qual tem vindo a ser dinamizado junto dos V/Educandos, vimos relembrar que existe uma nova reunião, previamente agendada para o próximo dia **4 de junho de 2015** pelas **18:15H na cantina da Escola Secundária de Maximinos**, destinada a todos os Pais/Encarregados de Educação. Esta reunião tem como principais objetivos a apresentação dos conteúdos abordados no programa e resultados obtidos, o esclarecimento de dúvidas relativas à escolha dos cursos a seguir, entre outros assuntos.

Reforçamos a importância da V/envolvência no processo de Orientação Vocacional dos V/Educandos!

Contamos com a V/presada presença,

As psicólogas dinamizadoras:

Sónia Dias, Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo



Caros Encarregados de Educação,

Na sequência do **Programa de Orientação Vocacional para os alunos do 9º ano – “A escolha certa!”**, que foi apresentado na reunião de Pais janeiro deste ano, o qual tem vindo a ser dinamizado junto dos V/Educandos, vimos relembrar que existe uma nova reunião, previamente agendada para o próximo dia **4 de junho de 2015** pelas **18:15H na cantina da Escola Secundária de Maximinos**, destinada a todos os Pais/Encarregados de Educação. Esta reunião tem como principais objetivos a apresentação dos conteúdos abordados no programa e resultados obtidos, o esclarecimento de dúvidas relativas à escolha dos cursos a seguir, entre outros assuntos.

Reforçamos a importância da V/envolvência no processo de Orientação Vocacional dos V/Educandos!

Contamos com a V/presada presença,

As psicólogas dinamizadoras:

Sónia Dias, Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo



Caros Encarregados de Educação,

Na sequência do **Programa de Orientação Vocacional para os alunos do 9º ano – “A escolha certa!”**, que foi apresentado na reunião de Pais em janeiro deste ano, o qual tem vindo a ser dinamizado junto dos V/Educandos, vimos relembrar que existe uma nova reunião, previamente agendada para o próximo dia **4 de junho de 2015** pelas **18:15H na cantina da Escola Secundária de Maximinos**, destinada a todos os Pais/Encarregados de Educação. Esta reunião tem como principais objetivos a apresentação dos conteúdos abordados no programa e resultados obtidos, o esclarecimento de dúvidas relativas à escolha dos cursos a seguir, entre outros assuntos.

Reforçamos a importância da V/envolvência no processo de Orientação Vocacional dos V/Educandos!

Contamos com a V/presada presença,

As psicólogas dinamizadoras:

Sónia Dias, Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo



“A ESCOLHA CERTA!”



2ª Sessão
Informativa para Encarregados de Educação

Envolvendo-se no percurso *vocacional do seu educando*

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar
Psicólogas: Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues,
Rosa Araújo e Sónia Dias

Importância da Orientação Vocacional

- ❖ Vital na preparação dos jovens face à complexidade do sistema educativo e da sua articulação com o mundo do trabalho.




Sónia Dias
Psicóloga do Agrupamento

Psicóloga Ana Luísa Faria
9º3
9º4

Psicóloga Bruna Rodrigues
9º2
9º6
9º7

Psicóloga Rosa Araújo
9º1
9º5
9º8

Objetivo geral da Orientação Vocacional

- ❖ Ajudar e apoiar o aluno na sua tomada de decisão, ao mesmo tempo que se procura promover certos aspetos de maturidade vocacional, importantes para a efetivação da tarefa vocacional com que se depara.



Índice

- ❖ Importância da Orientação Vocacional
- ❖ Objetivo geral da Orientação Vocacional
- ❖ Papel fundamental dos Educadores na Orientação Vocacional
- ❖ Apresentação do Programa desenvolvido com os alunos
- ❖ Apresentação dos resultados
 - ❖ EB2,3 Frei Caetano Brandão
 - ❖ Escola Secundária de Maximinos
- ❖ Ensino Secundário
 - ❖ Cursos Científico-Humanísticos
 - ❖ Cursos Técnicos/Profissionais
 - ❖ Cursos Vocacionais
 - ❖ Cursos de Aprendizagem
- ❖ Síntese da Oferta Formativa
- ❖ Outros assuntos

Papel fundamental dos Educadores na Orientação Vocacional

- ❖ Constituir um suporte no processo de transição, assegurando apoio e autoconfiança ao seu educando/aluno;
- ❖ Escutar o seu educando/aluno no que respeita às suas dúvidas e necessidades nesta fase de transição;



Papel fundamental dos Educadores na Orientação Vocacional

- ❖ Apoiar o seu educando/aluno na exploração do *self*, promovendo um espaço em que o mesmo tenha consciência dos seus interesses e capacidades;
- ❖ Debater as várias alternativas/(per)curso(s) de interesse possíveis;



Tema e pertinência do Programa de Orientação Vocacional

❖ Tema

- ❖ Orientação vocacional.

❖ Pertinência

- ❖ Os alunos do 9º ano encontram-se num momento de transição para o ensino secundário, o que exige uma decisão, tendo em consideração o estágio desenvolvimental atual, a adolescência, e as particularidades associadas, nomeadamente, ao nível da maturidade vocacional e tomada de decisão.



Papel fundamental dos Educadores na Orientação Vocacional

- ❖ Orientar na exploração de informação relativa ao mundo escolar e profissional;
- ❖ Promover um maior envolvimento pessoal do seu educando/aluno na construção do seu projeto vocacional, criando um espaço que permita uma maior autonomia e responsabilização no processo de tomada de decisão vocacional.



Ficha técnica

❖ Público Alvo:

- ❖ Alunos do 9º ano de escolaridade.

❖ Número de sessões:

- ❖ Alunos: 6 sessões + 1 sessão

❖ Frequência:

- ❖ Mensal.

- ❖ As sessões decorreram dentro do horário letivo.

Programa de Orientação Vocacional

❖ Índice

- ❖ Tema e pertinência do programa
- ❖ Ficha técnica
- ❖ Objetivos
- ❖ Sessões



Objetivos

- ❖ Promoção do autoconhecimento dos alunos e do relacionamento dessa componente nas alternativas vocacionais (Pinto & Janeiro, 2002);
- ❖ Aquisição de conhecimentos sobre os papéis sociais, as fases e contextos de vida, as áreas de atividade e de formação, assim como a aplicação na exploração e no planeamento dos seus percursos de vida (Pinto & Janeiro, 2002);



Objetivos

- ❖ Promoção de conhecimentos sobre o mundo do trabalho, das profissões e do emprego (Taveira, 2004), nomeadamente de cursos e escolas;
- ❖ Promoção de competências de tomada de decisão (Taveira, 2004);
- ❖ Compreensão da importância da formulação de projetos vocacionais (Pinto & Janeiro, 2002).



Sessões



❖ Sessão 3: O que irei descobrir

- ❖ Aplicação do IPP-R (Interesses e Preferências Profissionais Edição Revista, La Cruz, 2013), de modo a que se pudesse proceder a uma avaliação concreta dos interesses dos alunos, para que posteriormente se pudesse dar indicações o mais claras possíveis;
- ❖ Esclarecimento de dúvidas acerca dos cursos do Ensino Secundário e Técnicos/Profissionais: escolas, onde se situam, as condições de acesso, em que consistem os cursos, entre outras dúvidas.

Sessões



❖ Sessão 1: Quem somos nós?

- ❖ Apresentação dos elementos do grupo, quer da mediadora quer dos alunos;
- ❖ Apresentação do programa aos alunos;
- ❖ Conhecer os alunos, através da realização de um breve questionário designado *Como Sou?* ;
- ❖ Entrega aos alunos de um *Genograma das profissões* familiares, para realizar em família.

Sessões



❖ Sessão 4: Explorando os meus valores

- ❖ Exploração dos valores, através da realização de uma ficha denominada *O valor dos valores!*;

Sessões



❖ Sessão 2: Despertando os meus interesses

- ❖ Discussão e reflexão acerca das profissões encontradas no *Genograma das profissões*;
- ❖ Exploração dos interesses dos alunos, através de uma ficha intitulada *Os meus interesses*.

Sessões



❖ Sessão 5 e 6: Do que sou capaz

- ❖ Aplicação da BPR (Bateria de Provas de Raciocínio, Almeida & Lemos, 2006);
- ❖ Diálogo com os alunos acerca do programa;
- ❖ Realização dos grupos para a entrega dos resultados dos instrumentos realizados (IPP-R e BPR) e fichas realizadas ao longo de todas as sessões.



Sessões

❖ Sessão 7: Quais serão as novidades

- ❖ Apresentação dos resultados;
- ❖ Reflexão sobre os mesmos.

Ensino Secundário (10º ao 12ºano)

- ❖ Cursos Científico-Humanísticos
- ❖ Cursos Profissionais
- ❖ Cursos Vocacionais

Apresentação de resultados EB2,3 Frei Caetano Brandão

Turma	9º1 Rosa Araújo	9º2 Bruna Rodrigues	9º3 Ana Luísa Faria	9º4 Ana Luísa Faria
Dia	01/06/2015 14h00 02/06/2015 14h30 03/06/2015 11h30	25/05/2015 15h00 27/05/2015 15h00	02/06/2015 14h00	03/06/2015 14h00

Curso Científico-Humanísticos

O que são?

São cursos vocacionados para o prosseguimento de estudos de nível superior, de carácter universitário ou politécnico, têm a duração de 3 anos letivos correspondentes aos 10º, 11º e 12º anos de escolaridade.

Para quem?

Destinam-se a alunos que, tendo concluído o 9º ano de escolaridade ou equivalente, pretendam obter uma formação de nível secundário.

Apresentação de resultados Escola Secundária de Maximinos

Turma	9º5 Rosa Araújo	9º6 Bruna Rodrigues	9º7 Bruna Rodrigues	9º8 Rosa Araújo
Dia	19/05/2015 15h15 22/05/2015 15h00 25/05/2015 15h15 26/05/2015 14h30	01/06/2015 13h30 03/06/2015 14h00	26/05/2015 15h00	19/05/2015 14h30 21/05/2015 14h30 22/05/2015 14h30 01/06/2015 15h15 04/06/2015 09h30

Curso Científico-Humanísticos

Certificação

Cursos que conferem um diploma de conclusão do ensino secundário.

Cursos Científico-Humanísticos

1. Curso de Ciências e Tecnologias
2. Curso de Ciências Socioeconómicas
3. Curso de Línguas e Humanidades
4. Curso de Artes Visuais

Curso Científico-Humanísticos

Cursos Científico-Humanísticos	Componente de Formação Geral
1. Curso de Ciências e Tecnologias	Português (10º, 11º e 12º anos)
2. Curso de Ciências Socioeconómicas	Língua Estrangeira I, II ou III (10º e 11º anos)
3. Curso de Línguas e Humanidades	Filosofia (10º e 11º anos)
4. Curso de Artes Visuais	Educação Física (10º, 11º e 12º anos)

Cursos Técnicos/Profissionais

O que são?

Os Cursos Técnicos/Profissionais são uma modalidade de educação, inserida no Ensino Secundário, que se caracteriza por uma forte ligação com o mundo profissional.

A aprendizagem valoriza o desenvolvimento de competências para o exercício de uma profissão.

Cursos Científico-Humanísticos	Disciplina Trienal (10º, 11º e 12º anos – 3 anos) da componente de formação específica	Disciplinas Bienais (10º e 11º anos – 2 anos) da componente de formação específica
✓ Ciências e Tecnologias	✓ Matemática A	✓ Física e Química ✓ Biologia e Geologia ✓ Geometria Descritiva A
✓ Ciências Socioeconómicas	✓ Matemática A	✓ Economia A ✓ Geografia A ✓ História B
✓ Línguas e Humanidades	✓ História A	✓ Geografia A ✓ Latim A ✓ Língua Estrangeira I, II ou III ✓ Literatura Portuguesa ✓ Matemática Aplicada às Ciências Sociais
✓ Artes Visuais	✓ Desenho A	✓ Geometria Descritiva A ✓ Matemática B ✓ História da Cultura e das Artes

Cursos Técnicos/Profissionais

Para quem?

São destinatários dos Cursos Técnicos/Profissionais os alunos que se encontrem nas seguintes condições: conclusão do 9º ano de escolaridade ou equivalente e procura de um ensino mais prático e voltado para o mundo do trabalho.

Os Cursos Técnicos/Profissionais podem funcionar em Escolas Profissionais (Públicas ou Privadas) e Escolas Secundárias da rede pública.

Curso Científico-Humanísticos

Exames Nacionais

- ✓ 2 Disciplinas Bienais (11º ano)
- ✓ Português (12º ano)
- ✓ Disciplina Trienal (12º ano)

Decreto-Lei nº 272/2007
de 26 de julho

Cursos Técnicos/Profissionais

Certificação

A conclusão de um Curso Técnico/Profissional confere um Diploma equivalente ao Ensino Secundário e um Certificado de Qualificação Profissional (Dupla Certificação).

O Diploma de Ensino Secundário e o Certificado de Qualificação Profissional permitem o acesso ao Ensino Superior.

Cursos Técnicos/Profissionais

Alguns Cursos

- * Técnico de Informática de Gestão;
- * Técnico de apoio à Gestão Desportiva;
- * Técnico de Serviços Jurídicos;
- * Técnico de Artes do Espetáculo
- Técnico de Interpretação;
- * Técnico de Eletrónica, Automação e Computadores;
- * Técnico de Desenho Digital 3D;

- * Técnico de Turismo;
- * Técnico de Mecatrónica;
- * Técnico de Eletrónica, Automação e Computadores;
- * Técnico de Manutenção Industrial
- * Eletromecânica;
- * Técnico de Eletrotecnia;
- * Técnico de Auxiliar de Saúde;
- * Técnico de Design; entre outros.

Cursos Vocacionais

Certificação

A conclusão de um Curso Vocacional, com total aproveitamento, confere Certificação Escolar equivalente ao 6.º, 9.º ou 12.º ano de escolaridade e respetiva Certificação Profissional.

Os Cursos Vocacionais funcionam em Escolas Públicas, Escolas Privadas, Centros do Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP) e Entidades Formadoras Creditadas.

Cursos Vocacionais

O que são?

Os Cursos Vocacionais são uma oportunidade para frequência ou conclusão da escolaridade de 6.º, 9.º ou 12.º anos e, simultaneamente, para preparação da entrada no mercado de trabalho com Qualificação Escolar e Profissional (Dupla Certificação).

Cursos de Aprendizagem O que são?

São cursos que:

- > Te dão uma qualificação e te preparam para o mercado de trabalho.
- > Duram aproximadamente 3 anos, e em que cerca de 40% da formação decorre em contexto de trabalho numa empresa.
- > Te permitem obter uma dupla certificação, profissional e escolar, de nível secundário (nível 4 de qualificação do Quadro Nacional de Qualificações).
- > Te permitem prosseguir estudos.

Posso inscrever-me num Curso de Aprendizagem?

Sim, se tiveres:

- > até 24 anos (inclusive)
- > o 9.º ano de escolaridade ou equivalente, sem conclusão do 12.º.

Legislação e Regulamentação

Portaria n.º 1467/2008, de 19 de Dezembro

Cursos Vocacionais

Para quem?

Os Cursos Vocacionais destinam-se a indivíduos que se encontrem nas seguintes condições:

- Idade igual ou superior a 15 anos;
- Duas retenções no mesmo ciclo de formação ou três retenções ao longo do percurso educativo

Síntese Oferta Educativa e Formativa - AE Maximinos

Agrupamento de referência para alunos cegos e de baixa visão

Escolaridade	Oferta educativa e formativa
Pré-escolar	✓
1º Ciclo	✓
2º Ciclo	✓ Ensino Articulado da Música (Protocolo Conservatório de Música Calouste Gulbenkian de Braga)
	✓ Ensino Articulado da Dança (Protocolo Ginásio-Escola de Dança)
3º Ciclo	✓ Ensino Articulado da Música (Protocolo Conservatório de Música Calouste Gulbenkian de Braga)
	✓ Ensino Articulado da Dança (Protocolo Ginásio-Escola de Dança)
Secundário	✓ Cursos Científico-Humanísticos
	- Ciências e Tecnologias;
	- Línguas e Humanidades;
	- Ciências Socioeconómicas;
	- Artes Visuais.
Ensino Técnico/Profissional	✓ Curso Profissional de Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos
	✓ Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva

Agradecemos a vossa atenção,

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Psicólogas:

Ana Luísa Faria,

Bruna Rodrigues

Rosa Araújo

Sónia Dias



Agrupamento de Escolas de Maximinos

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Serviço de Psicologia

O apoio psicológico compreende-se como uma modalidade fundamental de auxílio na orientação e exploração vocacional. No desenvolvimento vocacional é importante promover a capacidade de decisão, mas também orientar e capacitar o aluno “no conhecimento e exploração das suas aptidões, interesses, atitudes, valores, motivações e aspirações; dar a conhecer a realidade sobre as oportunidades do mundo do trabalho, bem como consciencializar os alunos acerca das capacidades necessárias requeridas para o exercício das diversas profissões e ainda, orientar o aluno para a escolha vocacional que melhor lhe ajuste” (Nérici, 1983, cit. in Carmo & Costa, 2005, p.3). A exploração de si próprio tal como o autoconceito, a autoeficácia, a tomada de decisão, o valor atribuído à escola e à profissão, bem como o meio onde se encontra inserido, são igualmente fatores que desempenham um papel crucial na decisão vocacional (Taveira, 2000).

No seguimento do exposto decorreram sessões de Orientação Vocacional cujos resultados constam do presente Relatório de Orientação para a Carreira.

Os encarregados de educação podem, caso pretendam, marcar atendimento individual para esclarecimento de dúvidas, devendo para tal contactar o Gabinete de Mediação e Orientação Escolar, na Escola Básica 2/3 Frei Caetano Brandão, através dos números de telefone 253 309 090, solicitando a Psicóloga que dinamizou o processo, ou Sónia Dias, Psicóloga do Agrupamento de Escolas, que orientou o mesmo.

Nome do aluno:

Turma: 9º Nº **Idade:** anos

Apresentação:

O aluno define-se como: •	Objetivos futuros:
----------------------------------	---------------------------

História Escolar: resultados escolares mais importantes

Disciplinas com resultados mais elevados	Disciplinas com resultados mais baixos
•	

Profissões idealizadas:

1.º
2.º
3.º

Papéis/contextos de vida e atividades:

Interesses:
Valores:

Interesse e Preferências Profissionais - Edição Revista (IPP-R) (La Cruz, 2013)

Atividades	1.	2.	3.
Profissões	1.	2.	3.

Bateria de Provas de Raciocínio (Almeida & Lemos, 2006)

Aptidões mais elevadas:	
Aptidões mais delicadas:	

Orientação para o próximo ano letivo:

--

A Psicóloga Orientadora

A Psicóloga

Programa Vocacional

Ano letivo 2014/2015

Pertinência:

A pertinência do desenvolvimento desta Programa prende-se com o facto de os alunos do 9º ano de escolaridade estarem num momento de transição para o ensino secundário, o que exige uma decisão, tendo-se em conta o estágio desenvolvimental, no qual os alunos se encontram, a adolescência, e das particularidades associadas, nomeadamente, ao nível da maturidade vocacional e da tomada de decisão.

Objetivos:

-  Promoção do autoconhecimento dos alunos e do relacionamento dessa componente nas alternativas vocacionais;
-  Aquisição de conhecimentos sobre os papéis sociais, as fases e contextos de vida, as áreas de atividade e de formação, assim como a aplicação na exploração e no planeamento dos seus percursos de vida;
-  Promoção de conhecimentos sobre o mundo do trabalho, das profissões e do emprego, nomeadamente de cursos e escolas;
-  Promoção de competências de tomada de decisão;
-  Compreensão da importância da formulação de projetos vocacionais.

Sessões :

- Sessão 1: “Quem somos nós...”
- Sessão 2: “Despertando os meus interesses...”
- Sessão 3: “O que irei descobrir...”
- Sessão 4: “Explorando os meus valores...”
- Sessão 5 e 6: “Do que sou capaz”
- Sessão 7: “Quais serão as novidades...”

Cursos Profissionais

O que são?

Uma modalidade de educação, inserida no ensino profissional.
3 anos letivos

Duração

Alunos que concluíram o 9º ano ou equivalente.

Destinatários

Certificação

Diploma de conclusão do ensino secundário (12º ano) e um certificado de qualificação profissional de nível III.

Cursos Vocacionais

O que são?

Cursos que proporcionam a oportunidade para frequentar ou concluir a escolaridade de 6º, 9º, ou 12º anos e, simultaneamente, a preparação da entrada no mercado de trabalho com qualificação escolar e profissional.

Componentes

4 componentes de formação: sociocultural; científica; tecnológica e prática.

Alunos com idades igual ou superior a 16 anos;

Destinatários

Alunos com habilitações escolares inferiores aos 4º, 6º, 9º ou 12º ano;

Alunos que não têm qualificação profissional ou pretendem adquirir uma qualificação superior.

Certificação

Com total aproveitamento, confere um certificado escolar equivalente ao 6º, 9º, ou 12º ano de escolaridade e certificação profissional de nível I, II, III.



“A **ESCOLHA CERTA!**”

**Programa de Orientação
Vocacional para o 9.º ano**



**Gabinete de Mediação e Orientação
Escolar**

OEP :

 Vital na **preparação** dos jovens face à **complexidade do sistema educativo** e das suas articulações com o mundo de trabalho .

Ensino secundário.

(10º ao 12º ano)

 Cursos Científico—Humanísticos;

 Cursos Profissionais;

 Cursos Vocacionais

 Cursos de Aprendizagem.

A) Exames nacionais.

- **2 Disciplinas Bienais (11º ano)**
- **Português (12º ano)**
- **Disciplina Trienal (12º ano)**

Cursos Científico-Humanísticos*

1. Curso de Ciências e Tecnologias
2. Curso de Ciências Socioeconómicas
3. Curso de Línguas e Humanidades
4. Curso de Artes Visuais

* **Certificado** - Diploma de Conclusão do ensino secundário

Cursos Científico-Humanísticos

Cursos Científico-Humanísticos	Componente de Formação
1. Ciências e Tecnologias	Português (10º, 11º e 12º anos)
2. Ciências Socioeconómicas	Língua Estrangeira I, II ou III (10º e 11º)
3. Línguas e Humanidades	Filosofia (10º e 11º anos)
4. Artes Visuais	Educação Física (10º, 11º e 12º anos)

2014/2015

Cursos Científico-Humanísticos)	Disciplina Trienal (10º, 11º e 12º anos – 3 anos) da componente de formação específica	Disciplinas Bienais (10º e 11º anos – 2 anos) da componente de formação
✓Ciências e Tecnologias	✓Matemática A	✓Física e Química ✓Biologia e Geologia ✓Geometria
✓Ciências Socioeconómicas	✓Matemática A	✓Economia A ✓Geografia A ✓História B ✓Geografia A ✓Latim A
✓Línguas e Humanidades	✓História A	✓Língua Estrangeira I, II ou III ✓Literatura Portuguesa ✓Matemática Aplicada às Ciências Sociais ✓Geometria Descritiva A
✓Artes Visuais	✓Desenho A	✓Matemática B ✓História da Cultura e das Artes.

Psicólogas:



Ana Luísa Faria
Bruna Rodrigues
Rosa Araújo
Sonia Dias

Agrupamento de Escolas de Maximinos

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

Oferta formativa para o ano letivo 2015/2016

Agrupamento de Escolas de Maximinos

- **Cursos Científico-Humanísticos**

- Ciências e Tecnologias
- Línguas e Humanidades
- Ciências Socioeconómicas
- Artes Visuais

- **Cursos Técnicos/Profissionais (Nível Secundário)**

- Curso Profissional de Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos
- Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva

- **Curso Vocacional para conclusão (Nível Básico)**

- Fotografia, Informática e Multimédia, e Cerâmica

Agrupamento de Escolas Alberto Sampaio

- **Cursos Científico-Humanísticos**

- Ciências e Tecnologias
- Línguas e Humanidades
- Ciências Socioeconómicas
- Artes Visuais

- **Cursos Técnicos/Profissionais**

- Técnico de Artes do Espetáculo - variante de Interpretação
- Técnico de Desenho Digital 3D
- Técnico de Secretariado
- Técnico de Turismo
- Técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos
- Técnico de Restauração – variante restaurante/bar
- Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos

Agrupamento de Escolas Carlos Amarante

- **Cursos Científico-Humanísticos**

- Ciências e Tecnologias
- Línguas e Humanidades
- Ciências Socioeconómicas
- Artes Visuais

- **Cursos Técnicos/Profissionais**

- Técnico de Eletrotécnica,
- Técnico de Manutenção Industrial – electromecânica
- Técnico de Informática e de Gestão
- Técnico de *Desing* – Variante *Design* Industrial
- Técnico de Multimédia

Agrupamento de Escolas D. Maria II

- **Cursos Científico-Humanísticos**

- Ciências e Tecnologias
- Línguas e Humanidades
- Ciências Socioeconómicas
- Artes Visuais

- **Cursos Técnicos/Profissionais**

- Técnico de *Design* interiores/exteriores
- Técnico Auxiliar de Saúde
- Técnico de Gestão e programação de sistemas Informáticos
- Técnico de Serviços Jurídicos
- Técnico de *Designer* Gráfico
- Técnico de Artes Gráficas

Agrupamento de Escolas Sá de Miranda

- **Cursos Científico-Humanísticos**

- Ciências e Tecnologias
- Línguas e Humanidades
- Ciências Socioeconómicas
- Artes Visuais

- **Cursos Técnicos/Profissionais**

- Técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos
- Técnico de Multimédia
- Técnico de Recepção
- Técnico de Apoio à Infância
- Técnico de Análise Laboratorial

Centro de Formação Profissional de Mazagão

- **Cursos de Aprendizagem**

- Técnico/a de Restaurante Bar
- Técnico/a de Cozinha e Patelaria
- Técnico/a de Informação e Animação Turística
- Técnico/a de Logística
- Técnico/a de Aprovisionamento e Venda de Peças Auto
- Técnico/a de Electrónica e Telecomunicações
- Técnico/a Instalador/a de Sistemas Solares Fotovoltaicos
- Técnico/a de Maquinação de CNC

Externato Infante D. Henrique – ALFACOOP

- **Cursos Científico-Humanísticos**

- Ciências e Tecnologias
- Línguas e Humanidades

- **Cursos Técnicos/Profissionais**

- Técnico de Multimédia
- Técnico de Análise Laboratorial
- Técnico de Processamento e Controlo de Qualidade Alimentar
- Técnico de Energias Renováveis

Escola Europeia de Ensino Profissional

- **Cursos Técnicos/Profissionais**

- Técnico de Auxiliar de Saúde
- Técnico Auxiliar Protésico
- Técnico de Electrónica, Automação e Computadores

- **Cursos vocacionais**
 - Curso de electrónica, electricidade
 - Automação/computadores

EPB – Escola Profissional de Braga

- **Cursos Técnicos/Profissionais**
 - Técnico Gestão de Equipamentos Informáticos
 - Técnico Contabilidade (Administração Empresarial)
 - Técnico de Comércio (*Marketing* e Gestão Comercial)
 - Técnico de Mecatrónica Automóvel
 - Técnico de Eletrónica, Automação e Comando
 - Técnico de Frio e Climatização
 - Técnico de Auxiliar de Saúde
 - Técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos
 - Técnico de Multimédia (*Design Digital* e *New Media*)
 - Técnico de Mecatrónica
 - Técnico de secretariado
- **Cursos vocacionais**
 - Curso CAD/Fotografia
 - E-commerce

Esprominho – Escola Profissional do Minho (Pólo de Braga)

- **Cursos Técnicos/Profissionais**
 - Técnico de *Design* de Moda
 - Técnico de Organização de Eventos
 - Técnico de Comércio
 - Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos

- **Cursos Vocacionais (Nível Básico)**
 - Curso de Informática, Comércio e Gestão
 - Curso de *Design* de Moda
 - Organização de Eventos e Cuidados de Estética
- **Cursos de Aprendizagem**
 - Esteticista – Cosmetologista

Profitecla (Pólo de Braga)

- **Cursos Técnicos/Profissionais**
 - Técnico de Restauração – variante Restaurante/Bar
 - Técnico de Turismo

EPATV – Escola Profissional Amar Terra Verde

- **Cursos Profissionais**
 - Técnico de Frio e Climatização
 - Técnico de Restauração – Cozinha/Pastelaria
 - Técnico de Electrónica, Automação e Computadores
 - Técnico de Restauração – Restaurante/ Bar
 - Técnico de Mecatrónica Automóvel
 - Técnico de Secretariado
 - Técnico de Produção Metalomecânica
 - Técnico de Electrotecnia
 - Técnico de *Design* gráfico
 - Técnico de Auxiliar de Saúde
 - Técnico de Ótica Ocular



Agrupamento de Escolas de Maximinos

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar

**Sessão Informativa de Orientação Escolar e Profissional
para Encarregados de Educação de alunos do 9º ano
Ano letivo 2014/2015**

Lista de Presenças

Nome do Encarregado de Educação	Nome do Educando/Aluno	Escola/ Turma



Nome do Pai/Encarregado de Educação	Nome do educando/aluno	Escola/ Turma



Nome do Pai/Encarregado de Educação	Nome do educando/aluno	Escola/ Turma



Nome do Pai/Encarregado de Educação	Nome do educando/aluno	Escola/ Turma

QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO

Tendo em consideração a Sessão Informativa de Orientação Escolar e Profissional, intitulada ***Envolvendo-se no percurso vocacional do seu educando***, com o objetivo de informar os Pais/Encarregados de Educação dos percursos escolares e profissionais existentes na oferta do sistema educativo português, bem como do Processo de Orientação Escolar desenvolvido com os alunos do 9º ano no presente ano letivo, 2014/2015; avalie a mesma tendo em consideração as afirmações que se seguem. Para cada afirmação, e tendo em atenção a Sessão Informativa realizada:

- Assinale **1**, se a sua avaliação for **INSATISFATÓRIA**;
- Assinale **2**, se a sua avaliação for **POUCO SATISFATÓRIA**;
- Assinale **3**, se a sua avaliação for **SATISFATÓRIA**;
- Assinale **4**, se a sua avaliação for **MUITO SATISFATÓRIA**;
- Assinale **5**, se a sua avaliação for **EXCELENTE**.

Por favor dê a sua opinião para cada uma das afirmações. **Assinale apenas uma das opções.**

	1	2	3	4	5
Importância da Sessão Informativa.					
Organização do espaço.					
Recursos materiais utilizados.					
Preparação das oradoras (conhecimentos revelados sobre o tema e aptidão para transmissão dos mesmos).					
Informações transmitidas.					
Utilidade das informações e dos materiais facultados.					
Pertinência da realização de Sessões Informativas sobre esta temática.					

Programa de Orientação Vocacional para o 9.º ano

“A *ESCOLHA CERTA!*”



Programa realizado
no âmbito do Estágio Curricular,
na Universidade Católica Portuguesa

Ana Luísa Faria

Bruna Rodrigues

Rosa Araújo

Ano letivo 2014/2015



Índice

Fundamentação teórica.....	3
 Ficha técnica do programa	
Público-alvo	
Objetivos gerais.....	4
Intervenientes.....	5
Número de sessões	5
Frequência.....	5
Início e fim do programa.....	5
 Apresentação das sessões com os alunos	
Sessão 1 <i>Quem somos nós?</i>	8
Sessão 2 <i>Despertando os meus interesses...</i>	10
Sessão 3 <i>O que irei descobrir...</i>	12
Sessão 4 <i>Explorando os meus valores...</i>	14
Sessão 5 e 6 <i>Do que sou capaz...</i>	16
Sessão 7 <i>Quais serão as novidades...</i>	17
 Apresentação das sessões com os pais.....	
Sessão 1 <i>Apresentações...</i>	21
Sessão 2 <i>Envolvendo-se no percurso vocacional do seu filho...</i>	23
 Lista de anexos.....	
 Referências Bibliográficas.....	
	26



FICHA TÉCNICA: “A escolha certa!”

Fundamentação teórica/ pertinência

Foi através da contribuição de alguns pesquisadores que a Psicologia Vocacional se desenvolveu, embora tenha sido Donald Super (1957) a mencionar que o conceito de carreira se encontrava em fase de mudança. As respostas que o indivíduo dá às questões relacionadas ao trabalho ou ocupação ao longo de toda a vida configuram o que se chama de desenvolvimento de carreira (Savickas, 2002). A carreira deixa então, de ser uma continuação relativamente estável de posições e papéis ocupacionais para incluir os sentidos que os indivíduos atribuem às suas experiências de vida e de trabalho cada vez mais transitórias (Bendassolli, 2009). É neste contexto, que a Psicologia Vocacional, como a área que busca estudar o comportamento e o desenvolvimento vocacional das pessoas, enfatiza as questões relacionadas com a escolha e o ajustamento ao trabalho (Savickas, 2002).

Taveira (2004) define o desenvolvimento vocacional como “um aspeto do desenvolvimento global e como um processo de carácter longitudinal” (p.111), sendo que ao longo do tempo serão desenvolvidos os comportamentos e atitudes vocacionais e onde se integra o conceito de carreira que se define como sendo um conjunto de papéis, contextos, e experiências ao longo de toda a vida do sujeito (Gybers & Moore, 1973, cit. in Taveira, 2004).

O modelo de desenvolvimento da carreira é visto como um processo que se desenvolve ao longo do tempo tendo em conta as características do próprio desenvolvimento humano. Neste são identificadas cinco fases diferentes: *Crescimento* (até aos 14 anos); *Exploração* (entre os 15 e os 24 anos); *Estabelecimento* (entre os 25 e os 45 anos); *Manutenção* (entre os 45 e os 64 anos) e *Declínio* (a partir dos 65 anos). Os primeiros referem-se à fase da adolescência. O *Crescimento* que é caracterizado como um estágio que inclui tarefas de desenvolvimento associadas com o futuro e como sendo o primeiro momento em que se adquirem competências relacionadas com o trabalho. A *Exploração* é o momento de procurar vários papéis e definir o autoconceito através dos papéis que se está a explorar e que permitem especificar e implementar uma profissão, esta fase é constituída pelas subfases *Cristalizar* (tarefas de avaliação para tomada de



decisão a nível profissional), *Especificar* (decisão e escolha) e *Implementar* (concretização de planos e projetos). No *Estabelecimento*, a fase que decorre no início da atividade profissional e na qual o autoconceito se torna mais consistente (Super, 1990, cit. in Júlio, 2013).

Portanto, o ser humano, seja homem ou mulher, são encarados cada vez mais na literatura psicológica como agentes ativos, modeladores do seu próprio desenvolvimento da carreira. A crença positiva nos resultados da exploração e a satisfação com a informação obtida são uma condição e um efeito da exploração, e determinantes do envolvimento construtivo na análise de interesses vocacionais (Stumpf, Colarelli, & Hartman, 1983).

Efetivamente, atualmente existe uma visão inclusiva da Psicologia Vocacional, a suposição de que as pessoas têm um papel importante nas suas escolhas de vida, particularmente no que se refere à carreira. Para Flum (2001, cit. in Blustein, 2011) a escolha de carreira, a exploração, e os processos de tomada de decisão, permitem retirar importantes conclusões e perspetivas sobre a matriz relacional do indivíduo. Daí o destaque para o papel das famílias, colegas, redes sociais e os fatores culturais na vida das pessoas.

Savickas (2012) sugere que ao sensibilizar o adolescente para se envolver no seu próprio processo de tomada de decisão vocacional, conhecendo as variantes psicológicas presentes neste processo, bem como as respetivas consequências, estar-se-á a contribuir para que o jovem se consciencialize do seu papel, da importância e responsabilidade inerente à escolha e sobretudo que sinta que pode ser ele próprio a delinear o seu trajeto.

A intervenção no domínio vocacional, em termos de carreira, pode ser realizada com recurso a variadas estratégias como sessões, módulos isolados, cursos de curta duração, entre outras, tendo em vista o auxílio aos alunos prestando informações essenciais acerca das possíveis opções, sobre as suas próprias características, oportunidades de trabalho na área, ou ainda mediante a aquisição de competências que sejam facilitadoras no processo de transição, tendo em conta também os seus interesses, o sistema de crenças e os valores (Herr, 2011).

Assim, Taveira (2004) julga imprescindível que num programa de orientação para a carreira cumpra essencialmente cinco objetivos: “exploração orientada para o



autoconhecimento e o conhecimento do meio circundante; a compreensão do mundo do trabalho, das profissões e do emprego; a aquisição de competências de tomada de decisão; desenvolvimento de uma ética de trabalho e por fim, a elaboração e execução de planos vocacionais e de vida realista” (p.110).

Desta forma, surge a necessidade do desenvolvimento deste programa de orientação vocacional, direcionado para os alunos do 9.º ano de escolaridade que se encontram numa fase decisiva do seu desenvolvimento da carreira, ou seja, perante a transição para o ensino secundário. Contudo, será necessário verificar algumas particularidades da população alvo, foco do projeto de intervenção, tendo em consideração, sobretudo, a escassa maturidade vocacional e a dificuldade na tomada de decisões (Carvalho, 2008). O respetivo programa pretende ainda cumprir um dos objetivos do projeto TEIP2, “Programa de Orientação Escolar e Profissional (OEP) para os alunos do 9º ano e realizar sessões de esclarecimento sobre Orientação Escolar e Profissional (OEP) para pais/encarregados de educação” (Agrupamento de Escolas de Maximinos, 2013/2014).

Objetivos gerais

O objetivo do programa prende-se com a intervenção ao nível da orientação vocacional na Escola Secundária de Maximinos e da Escola Básica de 2.º e 3.º ciclo Frei Caetano Brandão. Mais concretamente, pretende-se a:



Compreensão da importância da formulação de projetos vocacionais;



Promoção do autoconhecimento dos alunos da sua competência na decisão vocacional;



Aquisição de conhecimentos sobre os papéis sociais, as fases e contextos de vida, as áreas de atividade e de formação;



Promoção de conhecimentos mundo do trabalho e escolar.



Por fim, é importante mencionar que os pais e encarregados de educação são também intervenientes neste projeto, uma vez que autores como Pocinho, Correia, Carvalho & Silva (2010), afirmam que a família é um dos fatores que mais influencia os adolescentes na tomada de decisões a nível vocacional, atendendo a conceitos como os valores, as crenças, a informação transmitida ao aluno sobre as profissões e o mercado de trabalho. Por conseguinte, nas sessões com estes intervenientes pretende-se:



A apresentação do programa “A escolha certa!”;



Exposição de informação sobre as opções disponíveis no agrupamento e na cidade de Braga;



Divulgação e discussão dos resultados dos educandos.

Intervenientes



Alunos do 9.º ano de escolaridade;



Pais e encarregados de educação dos alunos de 9.º ano de escolaridade.



Estagiárias



Psicóloga do Agrupamento

Número de sessões (ver cronograma)



Alunos do 9.º ano de escolaridade: 7 sessões (com duração de cerca de 45 minutos):

- 6 Sessões em contexto de grupo turma;
- 1 Sessão de divulgação de resultados realizada em pequenos grupos.



Pais e encarregados de educação dos alunos de 9.º ano de escolaridade: 2 sessões:

- 1 Sessão em contexto de grupo para a divulgação do programa (Sensivelmente 10 minutos);



- 1 Sessão para apresentação das alternativas educativas/formativas após o 9º ano e divulgação de resultados gerais (com duração de cerca de 60 minutos).

Frequência (ver cronograma)



Mensalmente;



Pontualmente – no início e final do programa dos alunos (para os pais e encarregados de educação).



Início e fim



Sessões com os alunos:

- Início: entre 14 e 20 de janeiro de 2015
- Fim: entre 13 e 27 de maio de 2015



Sessões com os pais/encarregados de educação:

- 1ª Sessão: entre 5 e 13 de janeiro de 2015
- 2ª Sessão: 4 de junho de 2015



Apresentação *das sessões com os alunos*





1ª Sessão: Quem somos nós?

Objetivo:

-  Apresentação dos intervenientes;
-  Apresentação do programa aos alunos;
-  Promover o envolvimento dos participantes no programa de intervenção.

Intervenientes:

-  Alunos do 9º ano de escolaridade;
-  Psicóloga.

Atividades a desenvolver

-  Apresentação intervenientes;
-  Realização de um questionário: *Será que me conheço?*;
-  Visualização em *PowerPoint* Apresentação do programa aos alunos;
-  *Genograma das Profissões*.

Procedimento:

A sessão será realizada numa sala à disposição pela escola. Após todos os alunos entrarem na sala e estarem devidamente sentados e em silêncio, ocorrerá a apresentação da mediadora e dos alunos, sendo solicitado que os alunos refiram o nome, a idade, e se já pensaram no que pretendem, fazer no próximo ano letivo. Após esta apresentação, será distribuído pelos alunos um questionário *Será que me conheço?* (Anexo 1.1), que objetiva uma reflexão acerca deles mesmos e permitirá à psicóloga conhecer o aluno, o que auxiliará nas avaliações futuras inerentes ao programa.

A terceira atividade prende-se com a apresentação aos alunos do programa *A escolha Certa*, fazendo-se a exposição com recurso a *PowerPoint* (Anexo 1.2). A psicóloga coloca-se à disposição no final para tirar dúvidas, caso surjam.



Será colocado à disposição dos alunos a folha de presenças e a folha da avaliação da sessão.

No final da sessão, será entregue aos mesmos, uma ficha *Genograma das profissões* (Anexo 1.5), para ser realizada em casa, junto com a família. Esta atividade tem como objetivo integrar os pais no processo de exploração e orientação vocacional.

No final da sessão, a psicóloga deve questionar os alunos acerca da mesma, de modo a perceber como se sentiram nas atividades desenvolvidas.

Material de apoio



Questionário *Será que me conheço?*;



Computador;



Projeto;



PowerPoint Apresentação do programa aos alunos;



Ficha *Genograma das Profissões*;



Folha presença alunos;



Folha avaliação da sessão.



2ª Sessão: *Despertando os meus interesses...*

Objetivo:



Exploração dos interesses vocacionais dos alunos.

Intervenientes:



Alunos do 9º ano de escolaridade;



Psicóloga.

Atividades a desenvolver



Discussão e reflexão acerca das profissões encontradas no *Genograma das profissões*;



Exploração dos interesses dos alunos, através de uma ficha: *Os meus interesses*.

Procedimento:

A primeira atividade da sessão prende-se com uma reflexão e discussão com os alunos acerca das profissões que encontraram na elaboração do *Genograma das profissões* (Anexo 2.1), com elucidações acerca das mesmas por parte da psicóloga. Para a realização desta atividade as profissões serão escritas no quadro da sala, de modo a que não se repitam profissões. Estas serão agrupadas por categorias ou semelhanças.

Em seguida será clarificado aos alunos o conceito de “interesses” através do PowerPoint intitulado de *Despertando os meus interesses*. Posteriormente, será entregue e explicado o que consiste tal documento, a ficha denominada de *Os meus interesses* (Anexo 2.3), que consiste na exploração dos seus interesses profissionais, isto é, na exploração dos seus gostos profissionais tendo em conta os seus projetos de vida. Esta ficha permite aos técnicos, conhecer os interesses dos alunos para avaliações futuras.



Antes de terminar a sessão, será realizada uma reflexão sobre a atividade, o que sentiram em relação à sua realização bem como sobre quais as principais conclusões que retiram da mesma. Pretende-se ainda, que o grupo se consciencialize que referente à escolha profissional estão inerentes diferentes influências, objetivos, necessidades e benefícios, que devem ser considerados na tomada de decisão.

Passar-se-á a folha de presenças e a folha de avaliação da sessão aos alunos.

No final da sessão será entregue aos alunos uma pequena ficha intitulada *Informação Escolar* (Anexo 2.6) sobre cursos do secundário para ser realizada em casa, uma vez que necessita de exploração por parte do mesmo. Esta ficha objetiva proporcionar autonomia e sentido exploratório ao grupo, de modo a que eles mesmos procurem respostas para as suas questões.

Material de apoio



Genograma das profissões;



Computador;



Projektor;



PowerPoint intitulado de *Despertando os meus interesses;*



Ficha: *Os meus interesses;*



Ficha: *Informação escolar.*



Folha presença alunos;



Folha avaliação da sessão.



3ª Sessão: O que irei descobrir...

Objetivo:

 Aplicação do Interesses e Preferências Profissionais (IPP-R), de modo a que se possa proceder a uma avaliação concreta dos interesses dos alunos, para que posteriormente se possam dar indicações o mais claras possíveis;

 Esclarecimento de dúvidas acerca dos cursos do ensino Secundário e Profissional: como as escolas, onde se situam, as condições de acesso, em que consistem os cursos, entre outras dúvidas.

Intervenientes:

 Alunos do 9º ano de escolaridade;

 Psicóloga.

Atividades a desenvolver

 Aplicação e realização do IPP-R;

 Esclarecimento de dúvidas.

Procedimento:

A sessão inicia-se com a aplicação do IPP-R (Anexo 3.1) instrumento que avalia os interesses dos alunos. Num momento inicial, e antes ainda de os distribuir pelos alunos, a psicóloga procede à explicação do instrumento, mencionando o seu objetivo bem como a forma de resolução do mesmo. Deve referir que este é realizado de forma individual e que devem estar em silêncio absoluto durante a sua realização, de modo a que estejam o mais concentrados possíveis na sua realização bem como não incomodar os restantes colegas, para que não ocorram erros nas respostas. Ressalvasse ainda o fato de quando derem a prova por terminada deverão manter-se em silêncio até que todos terminem.

Após a explicação são distribuídos e posteriormente respondidos por cada aluno.



Quando todos terminarem, a psicóloga dá início à segunda atividade da sessão. Esta consiste no esclarecimento de dúvidas acerca dos cursos profissionais e regulares do ensino secundário. Esta atividade, surge em seguimento da ficha de *Informação Escolar* que os alunos levaram para casa na sessão anterior (Anexo 2.6), onde tinham que explorar acerca de informações escolares, como cursos, escolas, condições de acesso, duração do curso, número de vagas e saídas profissionais e universitárias. Assim, em consonância com o que exploraram e com as dúvidas que certamente daí surgiram, a psicóloga promove uma discussão e esclarecimento de dúvidas, onde todos devem ter oportunidade de se expressarem.

No final da sessão, a psicóloga deve perguntar se existem ainda dúvidas neste sentido bem como disponibilizar-se para auxiliar os alunos. Deve ainda perguntar se sentiram que a sessão foi importante e se gostaram de como foi realizada. É fornecida aos alunos a folha de presenças e a folha da avaliação da sessão.

Material de apoio



Instrumento de avaliação, Interesses e Preferências Profissionais- Edição Revista (Cruz, 2013);



Folha presença alunos;



Folha avaliação da sessão.



4ª Sessão: Explorando os meus valores...

Objetivo:



Exploração dos valores dos alunos.

Intervenientes:



Alunos do 9º ano de escolaridade;



Psicóloga.

Atividades a desenvolver



Realização de uma ficha: *O valor dos valores!*



Realização de uma atividade de identificação dos principais valores;



PowerPoint Apresentação alunos saídas profissionais após o 9º ano

Procedimento:

A sessão inicia-se com a explicação aos alunos do que significa “valores” e posteriormente irá proceder-se à realização individual da ficha *O valor dos valores* (Anexo 4.1), onde se pretende que os alunos identifiquem os seus valores e a importância que lhes atribuem. É importante que a psicóloga explique qual o objetivo inerente a esta ficha para que entendam o que lhes é solicitado. Quando todos terminarem a realização da ficha, serão identificados os principais valores dos alunos de modo a que se crie um momento de reflexão entre todos. É importante que esta reflexão auxilie os alunos a enquadrar os seus valores com as suas escolhas profissionais de modo a que consigam visualizar de forma realista o seu futuro profissional.

No final da atividade, a psicóloga deverá estabelecer um breve diálogo de modo a entender se os alunos conseguiram identificar, assim como se perceberam a importância que os valores têm nas suas escolhas vocacionais e se apreciaram de forma positiva a mesma.



Ainda haverá o momento da visualização do *PowerPoint* (Anexo 4.2) com a apresentação aos alunos das diferentes opções que estes poderão tomar após concluído o 9º ano de escolaridade colocando-se à disposição no final para tirar dúvidas caso surjam.

Haverá ainda o momento para o preenchimento da ficha *Questões de Orientação* (Anexo 4.3), que visa, além de outras informações, perceber qual a área após o 9º ano os alunos tencionam seguir e após do secundário pretendem ingressar no ensino superior ou integrar no mercado de trabalho. De seguida é disponibilizada a folha de presenças (Anexo, 4.4) para que os alunos a possam assinar e a folha da avaliação da sessão (Anexo, 4.5) para que estes, também possam avaliar a sessão do dia.

Material de apoio



Ficha: O valor dos valores.



Computador;



Projetor;



PowerPoint intitulado de *Saída após o 9º ano de escolaridade*;



Ficha *Questões de Orientação*



Folha presença alunos;



Folha avaliação da sessão.



5ª e 6ª Sessão: *Do que sou capaz...*

Objetivo:

-  Aplicação da Bateria de Provas de Raciocínio (BPR), de modo a que seja possível avaliar as competências cognitivas dos alunos;
-  Avaliação do programa.

Intervenientes:

-  Alunos do 9º ano de escolaridade;
-  Psicóloga.

Atividades a desenvolver

-  Aplicação da BPR;
-  Diálogo com os alunos acerca do programa.
-  Realização dos grupos para a entrega dos resultados dos instrumentos realizados (IPP-R e BPR).

Procedimento:

No início da sessão a psicóloga deve explicar aos alunos que este será o último encontro com eles antes da divulgação dos resultados, e por isso, a sessão terá dois momentos distintos. Num primeiro momento, irão realizar um questionário e num segundo momento, de modo mais descontraído, mas ainda assim formal, será realizado um diálogo acerca de como consideram ter corrido o programa, referindo se este foi proveitoso, se gostaram e o que mudariam.

Posto isto, devem iniciar a primeira atividade, que consiste na aplicação da BPR (Anexo 5. 6.1). Deve ser explicado aos alunos o seu objetivo e como deve ser realizada. Deve ser pedido então para se manterem em silêncio até ao final da sua realização, pois é essencial que estejam muito concentrados e não perturbem os colegas.



Depois de todos terminarem a BPR, será concedido aos alunos uma breve pausa, uma vez que esta sessão, ao contrário de todas as sessões do programa é constituída por 90 minutos. A pausa poderá ser cerca de 10 minutos.

Após a breve pausa, deve dar-se início à segunda atividade, que consiste num diálogo entre psicóloga e alunos acerca do que sentiram ao longo das 6 sessões do programa e se consideram que os ajudou a entenderem as suas escolhas e preferências vocacionais. É importante perceber se os alunos se sentem esclarecidos nos temas centrais do programa, como é o caso dos interesses, valores e informações escolares. Neste momento podem também ser esclarecidas dúvidas que possam ter surgido, uma vez que foi incutido ao longo das sessões um espírito de autonomia e exploração. É também pertinente perceber o que os alunos mudariam no programa e temas que considerem que poderiam ser importantes, para que numa próxima aplicação o programa possa ser melhorado.

No fim deste diálogo, a psicóloga explicará como se irá proceder à entrega dos resultados de ambos os instrumentos e fichas que realizaram. Assim, refere que os resultados serão entregues em pequenos grupos. A formação dos grupos é realizada pelos alunos, de modo a que se sintam o mais confortáveis possível na divulgação dos mesmos. Caso algum aluno prefira receber individualmente os seus resultados, deve agendar com a psicóloga uma hora.

Neste sentido, a última atividade prende-se com a formação dos grupos. A psicóloga pede para que escrevam num papel em branco o número de 5 a 6 elementos por grupo e lhe entregue no final.

Após a realização dos grupos, a psicóloga despede-se dos alunos.

Material de apoio



Instrumento de avaliação Bateria de Provas de Raciocínio (Almeida & Lemos, 2006).



Folha presença alunos;



Folha avaliação da sessão.



7ª Sessão: Quais serão as novidades...

Objetivo:



Apresentar aos alunos os resultados dos instrumentos IPP-R, BPR e restantes fichas que realizaram, relacionando-os com o percurso escolar de cada um, de modo a auxiliar as suas escolhas vocacionais.

Intervenientes:



Alunos do 9º ano de escolaridade;



Psicóloga.

Atividades a desenvolver



Apresentação e explicação dos resultados da orientação vocacional aos a cada aluno.

Procedimento:

Esta sessão, uma vez que se trata de uma divulgação de resultados, apresenta um formato mais individualizado, apesar de ainda assim ser realizada em pequenos grupos. A psicóloga neste momento do programa apresenta os resultados dos instrumentos aos alunos relacionando-os com os seus resultados académicos e interesses. Deve sublinhar que a escolha final cabe ao aluno e que os resultados são apenas e só uma informação do que poderia ser mais indicado para o mesmo. Ao terminar a apresentação de resultados, deve perguntar, a cada aluno, se a avaliação espelha ou não aquilo que tinham considerado antes de os resultados da orientação vocacional lhes serem apresentados. É importante neste momento ouvir o aluno, porque os resultados da orientação podem indicar um percurso oposto ao que o aluno considerava, o que pode gerar confusão. Em caso de acontecer este facto, a psicóloga deve colocar-se à



disposição para um atendimento individual com intuito de esclarecer dúvidas e auxiliar o aluno.

Por fim, é entre a cada aluno um lembrete sessão pais *Caros Encarregados de Educação*, para ser entregue aos seus encarregados de educação para possibilitar relembrá-los da segunda reunião/sessão destinada a todos os pais/encarregados de educação dos alunos do 9º ano de escolaridade, que se realizará no dia 4 de junho de 2015 na cantina da Escola Secundaria do Agrupamento, sessão esta que já haviam tido conhecimento desde a primeira reunião dos pais.

Material de apoio

-  Relatórios individuais de Orientação para a Carreira
-  Folha presença alunos;
-  Folha avaliação da sessão.
-  Lembrete sessão pais *Caros Encarregados de Educação*



Apresentação *das sessões com os pais*





1ª Sessão: Apresentações...

Objetivo

 Apresentar o programa de Orientação Vocacional desenvolvido com os alunos do 9.º ano do Agrupamento de Escolas de Maximinos, durante o ano letivo 2014/2015;

 Sensibilizar os Encarregados de Educação para a importância da Orientação Vocacional e para o seu envolvimento no mesmo processo;

Intervenientes:

 Pais / Encarregados de Educação;

 Psicóloga Orientadora;

 Psicólogas Estagiárias.

Atividades a desenvolver

 Apresentação em *PowerPoint* intitulado *Apresentações...*;

 Esclarecimento de dúvidas.

Procedimento:

Este primeiro encontro consiste numa apresentação quer dos pais/encarregados de educação, quer do programa. Pretende-se ainda que a psicóloga esclareça acerca do que motivou o desenvolvimento desta atividade bem como os seus objetivos específicos.

Desta forma, num primeiro momento da sessão, a psicóloga começa por se apresentar, dizendo o seu nome e falando um pouco de si, no que concerne à sua profissão e às suas atividades na instituição de ensino, com intuito de transmitir confiança e credibilidade ao programa que se pretende implementar.

Logo em seguida, a psicóloga, auxiliada pela apresentação em *PowerPoint* denominado *Apresentações...* (Anexo 1.1), expõe e explica o programa. Deve ser



cuidadosa na explicação, começando por mencionar as razões que impulsionaram o desenvolvimento e aplicação da atividade e em seguida os objetivos que são a base do mesmo. Posteriormente, de forma sucinta explica as sessões do programa e as atividades que serão desenvolvidas com os alunos de modo a auxiliá-los na escolha vocacional.

Será importante mencionar, aos pais/encarregados de educação, que no final do programa haverá destinada uma sessão (7ª) destinada aos alunos. Esta sessão será realizada por turma, com a formação de pequenos grupos, de 5 a 6 alunos, para a entrega dos resultados, ou seja, o Relatório de Orientação para a Carreira, para possibilitar ser efetuado de um forma mais individualizado. Ainda será referido, que nesse mesmo momento haverá oportunidade para o esclarecimento de dúvidas por parte dos alunos, subjacentes a estes resultados e às escolhas vocacionais dos mesmos.

Para terminar, no final da apresentação a psicóloga coloca-se à disposição para esclarecer dúvidas e procurar perceber o que sentiram e expectativas acerca do programa.

Material de apoio



Computador;



Projektor;



Apresentação em *PowerPoint* denominado *Apresentações...*;



2ª Sessão: Envolvendo-se no percurso vocacional do seu filho...

Objetivo



Dar conhecimento dos percursos disponíveis posteriormente ao 9.º ano de escolaridade, designadamente no que se refere à oferta de cursos e às disciplinas que os constituem;



Divulgação dos resultados aos pais/ encarregados de educação.

Intervenientes:



Pais / encarregados de educação;



Psicóloga e estagiárias.

Atividades a desenvolver



Visualização em *PowerPoint* denominado de *Envolvendo-se no percurso vocacional do seu educando*;



Divulgação dos resultados e esclarecimento de dúvidas.

Procedimento:

A sessão iniciará com a psicóloga do agrupamento a apresentar as psicólogas estagiárias, referindo, de forma breve, o papel destas na Orientação Vocacional dos alunos. Será frisada a importância da exploração e orientação vocacional e ainda, o papel dos pais na mesma.

Esta segunda sessão visa dar a conhecer os percursos disponíveis após o 9.º ano de escolaridade através de uma apresentação em *PowerPoint* designado de *Envolvendo-se no percurso vocacional do seu educando* (Anexo 2.1), designadamente no que se refere à oferta de cursos e às disciplinas que os constituem e também a apresentação dos resultados obtidos pelos alunos e ainda esclarecimento de dúvidas aos pais. Também objetiva apresentar os resultados aferidos através dos instrumentos aplicados e realizados pelos alunos, relacionando-os com os resultados escolares dos mesmos. Será exposto o modelo do Relatório de Orientação para a Carreira (Anexo, 2.2), que foi



entregue a cada aluno, para poder explicar em pormenor cada ponto, podendo assim, os pais/encarregados de educação melhor a leitura do mesmo. Neste sentido, serão esclarecidas dúvidas inerentes a estes e às suas escolhas vocacionais. Tentar-se-á também perceber a opinião dos pais/encarregados de educação relativamente ao programa desenvolvido.

Neste mesmo momento, será ainda entregue aos pais/encarregados de educação um *Folheto Informativo* (Anexo 2.3) com diversas informações relativas à exploração vocacional.

Nesta fase será entregue a todos os Pais/Encarregados de Educação um documento com as Ofertas Formativas 2015/2016 (Anexo 2.4), sobre os possíveis percursos posteriores ao 3º ciclo, na cidade de Braga.

É, ainda, facultada a folha de presenças para os pais/encarregados de educação possam assinar a sua comparência à sessão e logo de seguida será entregue a cada um o questionário para os pais/encarregados de educação poderem avaliar a sessão informativa.

Para terminar, no final da apresentação, a psicóloga do agrupamento e estagiárias colocar-se-ão à disposição para esclarecimento de dúvidas de forma individual.

Material de apoio



Computador;



Apresentação em *PowerPoint* intitulado *Envolvendo-se no percurso vocacional do seu filho...*;



Folhetos informativos com diversas informações relativas à exploração vocacional.



Ofertas Formativas 2015/2016



Questionário avaliação sessão pais



Lista de anexos

Os anexos deste programa encontram-se em formato CD-ROM, apensado a este documento.

Anexos - Sessão com os Alunos:

Sessão 1- Quem somos nós

Anexo 1.1 – Questionário *Será que me conheço?*

Anexo 1.2 – *PowerPoint* - Apresentação objetivos do programa aos alunos

Anexo 1.3 – Folha de presenças dos alunos

Anexo 1.4 – Avaliação da sessão

Anexo 1.5 – Tarefa inter sessão – *Genograma das Profissões*

Sessão 2- Despertando os meus interesses...

Anexo 2.1 – Ficha: *Genograma das Profissões*

Anexo 2.2- Apresentação *Despertando os meus interesses...*

Anexo 2.3 – Questionário *Os meus interesses*

Anexo 2.4 – Folha de presenças dos alunos

Anexo 2.5 – Avaliação da sessão

Anexo Tarefa inter sessão – Informação escolar

Sessão 3-O que irei descobrir...

Anexo 3.1 – *Instrumento* – Interesses e Preferências Profissionais- Edição Revista (IPP-R)

Anexo 3.2 – Folha de presenças dos alunos

Anexo 3.3 – Avaliação da sessão

Sessão 4-Explorando os meus valores...

Anexo 4.1 – Questionário *O valor dos valores*

Anexo 4.2- Apresentação aos alunos saídas profissionais

Anexo 4.3- Ficha Questões Orientação

Anexo 4.4 – Folha de presenças dos alunos



Anexo 4.5 – Avaliação da sessão

Sessão 5 e 6 – Do que sou capaz...

Anexo 5.6.1 – *Instrumento* – Bateria de Provas de Raciocínio (BPR)

Anexo 5.6.2- Ficha para alunos notas 9º ano

Anexo 5.6.3 – Folha de presenças dos alunos

Anexo 5.6.4 – Avaliação da sessão

Sessão 7 – Quais serão as novidades...

Anexo 7.1- Modelo de Relatório de Orientação para a Carreira

Anexo 7.2 – Folha de presenças dos alunos

Anexo 7.3 – Avaliação da sessão

Anexo 7.4- Lembrete sessão pais *Caros Encarregados de Educação*

Anexos - Sessões com os Pais:

1ª Sessão Pais- Apresentações...

Anexo 1.1 – *PowerPoint* - Apresentação Pais

2ª Sessão Pais- Envolvendo no percurso vocacional do seu educando...

Anexo 2.1 – *PowerPoint* - *Envolvendo no percurso vocacional do seu educando...*

Anexo 2.2 - Modelo de Relatório de Orientação para a Carreira

Anexo 2.3 – Folheto informativo para os pais

Anexo 2.4- Ofertas Formativas 2015/2016

Anexo 2.5 Folha presença pais

Anexo 2.6- Questionário avaliação sessão pais



Referências Bibliográficas

- Agrupamento de Escolas de Maximinos. (2012/2013). *Gabinete de Mediação e Orientação Escolar*. Braga: AE Maximinos.
- Bendassolli, P. F. (2009). *Psicologia e trabalho: Apropriações e significados*. São Paulo: Cengage Learning
- Blustein, D. L. (2011). A relational theory of working. *Journal of Vocational Behavior*, 79 (1), 1-17.
- Carvalho, R.G. (2008). A dimensão relacional da intervenção dos serviços de Psicologia nas escolas. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 21(1), 119-124.
- Herr, E.L. (2011). *Abordagem às intervenções de carreira: perspectiva histórica*. In M:C: Taveira, & J.C. Silva. *Psicologia Vocacional: Perspetivas para a intervenção* pp.13-28). Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Júlio, V. M. (2013). *Preocupações de carreira para a reforma e satisfação com a vida numa amostra de reformados*. Dissertação de Mestrado Integrado em Psicologia. Lisboa: Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.
- Savickas, M. L. (2002). Career construction: A developmental theory of vocational behavior. In D. Brown & Associate (Eds.), *Career choice and development* (4th ed., pp. 149 – 205). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Savickas, M. L. (2012). Career construction theory and practice. *Career development and counseling: Putting theory and research to work*. (2nd Ed). (pp) New Jersey: John Wiley & Sons.
- Stumpf, S. A., Colarelli, M. S., & Hartman, K. (1983). Development of the career exploration survey (CES). *Journal of Vocational Behavior*, 29, 102-114.
- Super, D. (1957). *The psychology of careers*. NY: Harper & Row.
- Taveira, M.C. (2004). Exploração e desenvolvimento vocacional na adolescência: Contributos para uma abordagem sistemática e colaborativa. *Psicologia e Educação*, 3(1), 109-120.

Anexo 21 - Evento OV (feira das profissões) “Com um pé no futuro!”



Presenças Instituições

Já definidas	Confirmação	CONTATOS e-mail/telefone
Universidades a contatar 12ª 2		
Universidade Católica Portuguesa – Centro Regional de Braga	Sim	253 206 100
Cooperativa de Ensino Superior Politécnico e Universitário (CESPU)	Sim	dir.iscsn@cespu.pt 351 252 303 600
Instituto Superior da Maia (ISMAI)	Sim	Telf.: 22 986 60 00 / 22 982 53 19 229866083 / Extensão 1083/1084 E-Mail: info@ismai.pt eventos@ismai.pt
Academia Militar	Enviam material informativo	Telf.: +351 213 186 911 Email: am@mail.exercito.pt
Conservatório de Música de Gaia	Não	Tel:223712213 superior@conservatoriodegaia.org
<u>Escola Superior Gallaecia (ESG) Viana Castelo</u>	Sim	tel. (+351) 251 794 054 esg@esg.pt comunicacao@esg.pt
<u>Universidade Fernando Pessoa (Porto)</u>	Sim	Telf. +351 22 5071300 e-mail: geral@ufp.edu.pt
Universidade Lusófona do Porto	Sim	
Isla (Porto)	Sim	Stander próprio
Universidade do Porto	Não	Telef.: +351 220 408 000 E-mail: up@up.pt
Universidades a contatar 12º 3		
Instituto Superior de Saúde do Alto Ave (ISAV)	Não	253 639 800 geral@isave.pt
Universidade Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD)	Sim	259 350 778 gci@utad.pt
Exército	Sim	218 842 477/330 cmdpess@mail.exercito.pt
Polícia de Segurança Pública (PSP)	Sim	253 200 420 contacto@psp.pt
Instituto Politécnico do Cávado e Ave (IPCA)	Sim	253 802 190 gci@ipca.pt
Instituto Politécnico do Porto	Sim	225 571 016 ges@sc.ipp.pt
Instituto Politécnico de Bragança	Sim	273 303 200/331 570 suporte@ipb.pt
Escola Superior de Enfermagem de Coimbra	Não	239 487 200 (não tem e-mail – formulário)
Universidade da Beira Interior	Enviam material informativo	275 319 700 geral@ubi.pt
Instituto de Medicina Tradicional	Sim	253 109 969 933 444 333
Universidades a contatar 12ª 1		
Universidade do Minho Polo de Braga e Guimarães (UM)	Não	gci@reitoria.uminho.pt 253 601 100 253 601 101 253 601 109
Universidade Lusíada do Porto	Sim	info@por.ulusiada.pt lilianasilva@fam.ulusiada.pt



Presenças Instituições

		22 557 08 00
Universidade Lusíada de VN Famalicão	Sim	info@fam.ulusiada.pt lilianasilva@fam.ulusiada.pt 252 309 200
Instituto Politécnico Viana do Castelo (IPVC)	Sim	geral@ipvc.pt 258 809 610 965919650
Guarda Nacional Republicana (GNR)	Sim	ct.brg@gnr.pt 253 203 030
Escola Superior Artística do Porto (ESAP) Porto	Sim	grei@esap.pt geral@esap.pt 22 339 21 30
Escola Superior Artística do Porto (ESAP)-Guimarães	Sim	sadm@esap-gmr.com dir@esap-gmr.com 253 410 235
Escola Superior de Educação de Fafe	Sim	adrianopinto@iesfafe.pt geral@iesfafe.pt 253 509 000
Associação de pais Esmax	Sim	
Associação de pais Frei	Sim	
Somatório:	23 (sim) As Instituições que enviam material informativo contam como sim pois necessitam igualmente de mesa.	

SALA

DA

ECONOMIA

SALA

DAS

ARTES

SALA

DAS

CIÊNCIAS

SALA

DAS

HUMANIDADES

SALA

ENSINO

PROFISSIONAL



Sala das Ciências Socioeconómicas

Explorar com os profissionais:

- ☀ Gestora
- ☀ Contabilista
- ☀ Economista
- ☀ Finanças

Disciplina Trienal (10º, 11º e 12º anos 3 anos) disciplinas específicas	Disciplinas Bienais (10º e 11º anos) disciplinas específicas
✓ Matemática A	✓ Economia A ✓ Geografia A ✓ História B

Embarca nesta viagem ao futuro das profissões e vem explorar connosco!

O teu *FUTURO* começa em *Ti!!!*

A Organização:

Sonia Dias, Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo (GMOE)

Colaboração Especial:

Professoras: Ana Paula Cardoso e Ana Capelo e Alunos do 12º ano

Sala das Artes

Explorar com os profissionais:

- ☀ *Designer*
- ☀ *Arquiteto*
- ☀ *Estilista*
- ☀ *Artista*

Disciplina Trienal (10º, 11º e 12º anos 3 anos) disciplinas específicas	Disciplinas Bienais (10º e 11º anos) disciplinas específicas
✓ Desenho A	✓ Geometria Descritiva A ✓ Matemática B ✓ História da Cultura e das Artes

Embarca nesta viagem ao futuro das profissões e vem explorar connosco!

O teu *FUTURO* começa em *Ti!!!*

A Organização:

Sonia Dias, Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo (GMOE)

Colaboração Especial:

Professoras: Ana Paula Cardoso e Ana Capelo e Alunos do 12º ano



Sala das Ciências

Explorar com os profissionais:

- ☀ Médico
- ☀ Enfermeira
- ☀ Engenheiro
- ☀ Psicólogo

Disciplina Trienal (10º, 11º e 12º anos 3 anos) disciplinas específicas	Disciplinas Bienais (10º e 11º anos) disciplinas específicas
✓ Matemática A	✓ Física e Química ✓ Biologia e Geologia ✓ Geometria Descritiva A

Embarca nesta viagem ao futuro das profissões e vem explorar connosco!

O teu *FUTURO* começa em *Ti!!!*

A Organização:

Sonia Dias, Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo (GMOE)

Colaboração Especial:

Professoras: Ana Paula Cardoso e Ana Capelo e Alunos do 12º ano



Sala das Humanidades

Explorar com os profissionais

- ☀ Advogada
- ☀ Político
- ☀ Sociólogo
- ☀ Assistente Social

Disciplina Trienal (10º, 11º e 12º anos 3 anos) disciplinas específicas	Disciplinas Bienais (10º e 11º anos) disciplinas específicas
✓ História A	✓ Geografia A ✓ Latim A ✓ Língua Estrangeira I, II ou III ✓ Literatura Portuguesa ✓ Matemática Aplicada às Ciências Sociais

Embarca nesta viagem ao futuro das profissões e vem explorar connosco!

O teu FUTURO começa em Ti!!!

A Organização:

Sonia Dias, Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo (GMOE)

Colaboração Especial:

Professoras: Ana Paula Cardoso e Ana Capelo e Alunos do 12º ano



Sala do ensino profissional

Explorar com os profissionais:

- ☀️ Gestão de Equipamentos Informáticos
- ☀️ Informática de Gestão
- ☀️ Organização e Gestão de Eventos
- ☀️ Técnico de Prática Desportiva

Destina-se	Certificação
A alunos que concluem o 9º ano de escolaridade ou equivalente e procuram um ensino mais prático e voltado para o mundo do trabalho.	✓ Diploma equivalente ao Ensino Secundário; ✓ Certificado de Qualificação Profissional; (Dupla certificação)

Embarca nesta viagem ao futuro das profissões e vem explorar connosco!

O teu *FUTURO* começa em *Ti!!!*

A Organização:

Sonia Dias, Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo (GMOE)

Colaboração Especial:

Professoras: Ana Paula Cardoso e Ana Capelo e Alunos do 12º ano

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar



Feira das profissões

Com um pé no futuro...

Sónia Dias
Ana Luísa Faria
Bruna Rodrigues
Rosa Araújo

Índice

- ❖ Quem somos...
- ❖ Objetivos da escola e do Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)
- ❖ Papel das mentoras e dos alunos
- ❖ Organização da Feira das Profissões
- ❖ Eleição dos representantes da turma (delegado e sub-delegado de turma)
- ❖ Marcação do próximo encontro (só com os representantes de turma)

Quem somos....

Psicólogas estagiárias do agrupamento

GMOE

Feira das Profissões

A **feira** tem como objetivo divulgar as principais ofertas formativas/profissionais

O **aluno** tem como objetivo orientar os alunos para a exploração vocacional

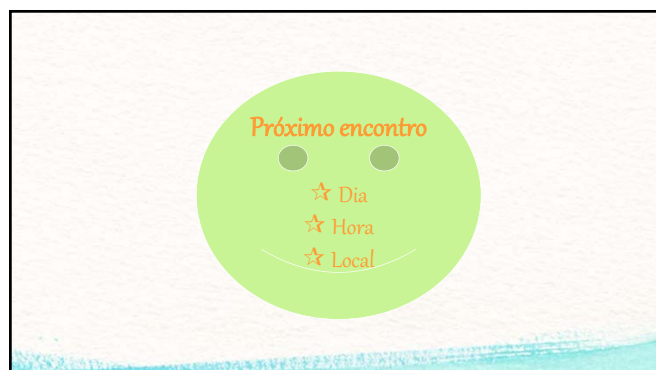
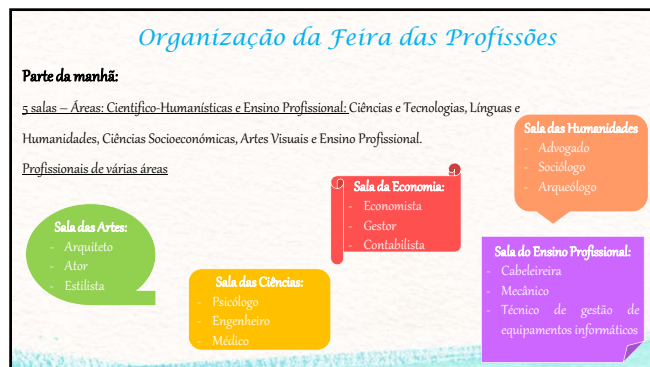
Papel das mentoras

Ana Luísa – 12º1
Rosa – 12º2
Bruna – 12º3

- ⊗ Orientar para a exploração e pesquisa dos diferentes cursos/profissões;
- ⊗ Apoiar no estabelecimento de contactos com as Instituições:
 - Institutos Politécnicos, Universidades ou Empresas;
- ⊗ Fornecer informações sobre saídas profissionais;
- ⊗ Esclarecer dúvidas.

Papel dos alunos

- Colaborar com as mentoras;
- ⊗ Explorar e pesquisar sobre Universidades/ Empresas/ Saídas Profissionais;
- Cumprir datas e horários;
- ⊗ Convidar os pais/familiares/amigos no exercício de diferentes profissões;
- Ser ativo.





- Fazer novos contactos com as Instituições que ainda não tenham dado <i>feedback</i> da sua presença	
Encontro com as turmas na sala dos computadores: - Fazer o registo das eventuais confirmações de presença das Instituições	10 a 13 março
Dia anterior à feira das profissões: - Apoio na organização das salas	18-03-2015
Dia da feira das profissões	19-03-2015

E-mail modelo para os alunos contactarem as Instituições

Ex. mo(s) Senhor (es),

Somos alunos do 12º ano de escolaridade da área das Línguas e Humanidades, da Escola Secundária de Maximinos, pertencente ao Agrupamento de Escolas de Maximinos e, encontramos-nos a colaborar com outros alunos do 12º ano, Psicólogas e Professores, na organização da Feira das Profissões *Com um pé no futuro*, a realizar no dia 19 de março de 2015, entre as 9:00h e as 12:30h, nesta mesma escola.

Neste seguimento, vimos por este meio convidar a V/Instituição a estar presente no evento, para poderem apresentar a V/oferta formativa da Universidade/Instituto/Empresa X aos alunos deste Agrupamento.

Desde já agradecemos a atenção e disponibilidade.

Ficamos a aguardar resposta,

Atentamente,

Nomes dos alunos



Contactos às Instituições

Grupo: _____

Alunos: _____

Instituições contactadas	Contacto de correio eletrónico	Contacto Telefónico	Confirmação



Universidades/ Institutos Politécnicos a contactar pelos alunos:

Já definidas	CONTATOS e-mail/telefone
Universidades a contatar 12ª 2	
Universidade Católica Portuguesa – Centro Regional de Braga	
Cooperativa de Ensino Superior Politécnico e Universitário (CESPU)	
Instituto Superior da Maia (ISMAI)	Telf.: 22 986 60 00 / 22 982 53 19 E-Mail: info@ismai.pt
Academia Militar	Telf.: +351 213 186 911 Email: am@mail.exercito.pt
Conservatório de Música de Gaia	Telefone: 223712213 superior@conservatoriodegaia.org
Escola Superior Gallaecia (ESG) Viana Castelo	tel. (+351) 251 794 054 esg@esg.pt comunicacao@esg.pt
Universidade Fernando Pessoa (Porto)	Telf. +351 22 5071300 e-mail: geral@ufp.edu.pt
Universidade do Porto	Telef.: +351 220 408 000 E-mail: up@up.pt
Universidades a contatar 12º 3	
Instituto Superior de Saúde do Alto Ave (ISAV)	
Universidade Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD)	
Exército	
Polícia de Segurança Pública (PSP)	
Instituto Politécnico do Cávado e Ave (IPCA)	
Instituto Politécnico do Porto	
Instituto Politécnico de Bragança	
Universidade de Enfermagem de Coimbra	
Universidade da Covilhã	
Universidades a contatar 12ª 1	
Universidade do Minho Polo de Braga e Guimarães (UM)	
Universidade Lusíada do Porto	
Universidade Lusíada de VN Famalicão	



Instituto Politécnico Viana do Castelo (IPVC)	
Guarda Nacional Republicana (GNR)	
Escola Superior Artística do Porto (ESAP) Porto	
Escola Superior Artística do Porto (ESAP)-Guimarães	
Escola Superior de Educação de Fafe	

Cursos em cada Universidade/Instituto já definidas

Universidade de Minho

- Licenciatura em Administração Pública
- Licenciatura em Arqueologia
- Licenciatura em Biologia - Geologia
- Licenciatura em Biologia Aplicada
- Licenciatura em Bioquímica
- Licenciatura em Ciência Política
- Licenciatura em Ciência Política - Pós Laboral - *[O 1º ano do Curso não Funciona em 2014/2015]*
- Licenciatura em Ciências da Computação
- Licenciatura em Ciências da Comunicação
- Licenciatura em Ciências do Ambiente
- Licenciatura em Ciências do Ambiente - Pós Laboral - *[O 1º ano do Curso não Funciona em 2014/2015]*
- Licenciatura em Contabilidade - Pós-Laboral
- Licenciatura em Design de Produto
- Licenciatura em Design e Marketing de Moda
- Licenciatura em Direito
- Licenciatura em Direito - Pós-Laboral
- Licenciatura em Economia
- Licenciatura em Educação
- Licenciatura em Educação - Pós-Laboral



- Licenciatura em Educação Básica
- Licenciatura em Enfermagem
- Licenciatura em Engenharia Informática
- Licenciatura em Estatística Aplicada
- Licenciatura em Estudos Culturais
- Licenciatura em Estudos Culturais - Pós Laboral - *[O 1º ano do Curso não Funciona em 2014/2015]*
- Licenciatura em Estudos Portugueses e Lusófonos
- Licenciatura em Filosofia
- Licenciatura em Física
- Licenciatura em Física e Química - Pós Laboral - *[O 1º ano do Curso não Funciona em 2014/2015]*
- Licenciatura em Geografia e Planeamento
- Licenciatura em Geologia
- Licenciatura em Geologia - Pós Laboral - *[O 1º ano do Curso não Funciona em 2014/2015]*
- Licenciatura em Gestão
- Licenciatura em História
- Licenciatura em História - Pós-Laboral - *[O 1º ano do Curso não Funciona em 2014/2015]*
- Licenciatura em Línguas Aplicadas
- Licenciatura em Línguas e Culturas Orientais
- Licenciatura em Línguas e Literaturas Europeias
- Licenciatura em Línguas e Literaturas Europeias - Pós-Laboral - *[O 1º ano do Curso não Funciona em 2014/2015]*
- Licenciatura em Marketing - Pós-Laboral
- Licenciatura em Matemática
- Licenciatura em Música - Pós-Laboral
- Licenciatura em Negócios Internacionais - Pós-Laboral
- Licenciatura em Optometria e Ciências da Visão
- Licenciatura em Química
- Licenciatura em Relações Internacionais
- Licenciatura em Sociologia



- Licenciatura em Sociologia - Pós-Laboral - *[O 1º ano do Curso não Funciona em 2014/2015]*
- Licenciatura em Teatro

Universidade Católica Portuguesa, Centro Regional de Braga

Licenciatura em Design e Artes Visuais

Licenciatura em Ciências do Património Artístico e Cultural

Licenciatura em Turismo

Licenciatura em Serviço Social

Licenciatura em Ciências da Comunicação

Licenciatura em Tecnologias de Informação e de Comunicação

Licenciatura em Estudos Portugueses e Espanhóis

Licenciatura em Psicologia

Licenciatura em Filosofia

Licenciatura em Ciências Religiosas

Mestrado Integrado em Teologia

Instituto Politécnico do Cávado e Ave

Contabilidade

Design Gráfico

Design Industrial

Engenharia Eletrónica e de Computadores

Engenharia em Desenvolvimento de Jogos Digitais

Engenharia de Sistemas Informáticos

Finanças

Fiscalidade

Gestão de Atividades Turísticas

Gestão Bancária e Seguros

Gestão Pública (ensino a distância)

Informática Médica

Solicitadoria



Curso de Licenciatura em Enfermagem
Curso de Licenciatura em Fisioterapia
Curso de Licenciatura em Higiene Oral
Curso de Licenciatura em Podologia
Curso de Licenciatura em Prótese Dentária

Universidade Lusíada – Porto

Faculdade de Arquitetura e Artes

- Arquitetura (Mestrado Integrado)
- Artes Plásticas e Multimédia
-

- Design

Faculdade de Ciências da Economia e da Empresa

- Economia
- Gestão de Empresa
- Gestão Recursos Humanos
- Marketing

Instituto de Psicologia e Ciências da Educação

- Psicologia

Faculdade de Direito

- Criminologia
- Direito
- Relações Internacionais
- Solicitadoria

Universidade Lusíada VN Famalicão

Faculdade de Arquitetura e Artes

- Arquitectura
- Design

Faculdade de Ciências da Economia e Empresa



- Contabilidade
- Gestão
- Marketing

Faculdade de Engenharia e Tecnologias

- Engenharia Mecânica
- Engenharia Civil
- Engenharia Electrónica e Informática
- Engenharia e Gestão Industrial

Instituto superior de saúde do alto ave - ISAV

CET - Cursos de Especialização Tecnológica

- Técnicas de Gerontologia

Licenciaturas

- Licenciatura em Enfermagem
- Licenciatura em Fisioterapia
- Licenciatura em Farmácia
- Licenciatura em Prótese Dentária
- Licenciatura em Terapia da Fala
- Licenciatura em Terapia Ocupacional

ISMAI – Instituto Superior da Maia

Informática - NOVO

*Ramos: Computação Móvel; Geoinformática; Gestão; Redes de Nova Geração;
Sistemas de Informação e Software; Sistemas de Informação Empresariais*

Redes de Telecomunicações - NOVO

*Ramos: Computação Móvel; Redes de Nova Geração; Sistemas de Informação e
Software*

Artes e Multimédia



Ciências da Comunicação

Ramos: Jornalismo e Comunicação Organizacional; Jornalismo e Marketing e Publicidade; Comunicação Organizacional e Marketing e Publicidade

Contabilidade

Criminologia

Educação Física e Desporto

Energias Renováveis

Engenharia de Segurança do Trabalho

Gestão da Qualidade, Ambiente e Segurança

Gestão de Empresas

Gestão de Marketing

Gestão de Recursos Humanos

Gestão do Desporto

Psicologia

Relações Públicas

Solicitadoria

Tecnologias de Comunicação Multimédia

Variantes: Audiovisual; Computação Gráfica

Turismo

Instituto Superior de Viana do Castelo - IPVC

Educação Básica

Educação Social Gerontológica

Gestão Artística e Cultural

Universidade de trás os montes e alto douro - UTAD

ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

ARQUITETURA PAISAGISTA

BIOENGENHARIA

BIOLOGIA

BIOLOGIA E GEOLOGIA



BIOQUÍMICA

CIÊNCIA ALIMENTAR

CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO

CIÊNCIAS DO DESPORTO

CIÊNCIAS FLORESTAIS

COMUNICAÇÃO E MULTIMÉDIA

ECOLOGIA APLICADA

ECONOMIA (adequado de curso reconhecido pela Ordem dos Economistas e pela CTOC)

EDUCAÇÃO BÁSICA

EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO ESCOLAR

ENFERMAGEM

ENGENHARIA AGRONÓMICA (adequado de curso acreditado pela Ordem dos Engenheiros)

ENGENHARIA BIOMÉDICA

ENGENHARIA CIVIL

ENGENHARIA DE ENERGIAS

ENGENHARIA DE REABILITAÇÃO E ACESSIBILIDADE HUMANAS

ENGENHARIA DO AMBIENTE (adequado de curso acreditado pela Ordem dos Engenheiros)

ENGENHARIA ELETROTÉCNICA E DE COMPUTADORES

ENGENHARIA FLORESTAL (adequado de curso acreditado pela Ordem dos Engenheiros)

ENGENHARIA INFORMÁTICA

ENGENHARIA MECÂNICA

ENGENHARIA ZOOTÉCNICA

(adequado de curso acreditado pela Ordem dos Engenheiros)

ENOLOGIA

GENÉTICA E BIOTECNOLOGIA

GESTÃO (adequado de curso reconhecido pela CTOC)

LÍNGUAS E RELAÇÕES EMPRESARIAIS



LÍNGUAS, LITERATURAS E CULTURAS

MEDICINA VETERINÁRIA

mestrado integrado

PSICOLOGIA

QUÍMICA MEDICINAL

REABILITAÇÃO PSICOMOTORA

SERVIÇO SOCIAL

TEATRO E ARTES PERFORMATIVAS

TECNOLOGIAS DA INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO

TECNOLOGIAS DE APOIO E ACESSIBILIDADE

TURISMO



Feira das profissões

Com um pé no futuro

12º1

Mentora: Ana Luísa Faria

Email: analuisa.g.faria@gmail.com

Representantes

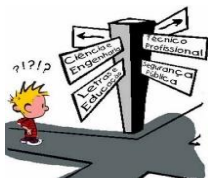
Nome: _____

Email: _____

Nome: _____

Email: _____

Obrigada pela vossa colaboração,

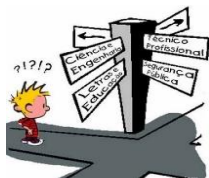


Feira das profissões: Com um pé no futuro



Presenças Instituições

Já definidas	Confirmação	CONTATOS e-mail/telefone
Universidades a contactar 12ª 2		
Universidade Católica Portuguesa – Centro Regional de Braga	Sim	253 206 100
Cooperativa de Ensino Superior Politécnico e Universitário (CESPU)	Sim	dir.iscsn@cespu.pt 351 252 303 600
Instituto Superior da Maia (ISMAI)	Sim	Telf.: 22 986 60 00 / 22 982 53 19 229866083 / Extensão 1083/1084 E-Mail: info@ismai.pt eventos@ismai.pt
Academia Militar	Enviam material informativo	Telf.: +351 213 186 911 Email: am@mail.exercito.pt
Conservatório de Música de Gaia	Não	Tel:223712213 superior@conservatoriodegaia.org
<u>Escola Superior Gallaecia</u> (ESG) Viana Castelo	Sim	tel. (+351) 251 794 054 esg@esg.pt comunicacao@esg.pt
<u>Universidade Fernando Pessoa</u> (Porto)	Sim	Telf. +351 22 5071300 e-mail: geral@ufp.edu.pt
Universidade Lusófona do Porto	Sim	
Isla (Porto)	Sim	Stander próprio
Universidade do Porto	Não	Telef.: +351 220 408 000 E-mail: up@up.pt
Universidades a contactar 12º 3		
Instituto Superior de Saúde do Alto Ave (ISAV)	Não	253 639 800 geral@isave.pt
Universidade Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD)	Sim	259 350 778 gci@utad.pt
Exército	Sim	218 842 477/330 cmdpess@mail.exercito.pt
Polícia de Segurança Pública (PSP)	Sim	253 200 420 contacto@psp.pt
Instituto Politécnico do Cávado e Ave (IPCA)	Sim	253 802 190 gci@ipca.pt
Instituto Politécnico do Porto	Sim	225 571 016 ges@sc.ipp.pt
Instituto Politécnico de Bragança	Sim	273 303 200/331 570 suporte@ipb.pt
Escola Superior de Enfermagem de Coimbra	Não	239 487 200 (não tem e-mail – formulário)
Universidade da Beira Interior	Enviam material informativo	275 319 700 geral@ubi.pt
Instituto de Medicina Tradicional	Sim	253 109 969 933 444 333
Universidades a contactar 12ª 1		
Universidade do Minho Polo de Braga e Guimarães (UM)	Não	gci@reitoria.uminho.pt 253 601 100 253 601 101 253 601 109
Universidade Lusíada do Porto	Sim	info@por.ulusiada.pt lilianasilva@fam.ulusiada.pt



Feira das profissões: Com um pé no futuro



Presenças Instituições

		22 557 08 00
Universidade Lusíada de VN Famalicão	Sim	info@fam.ulusiada.pt lilianasilva@fam.ulusiada.pt 252 309 200
Instituto Politécnico Viana do Castelo (IPVC)	Sim	geral@ipvc.pt 258 809 610 965919650
Guarda Nacional Republicana (GNR)	Sim	ct.brg@gnr.pt 253 203 030
Escola Superior Artística do Porto (ESAP) Porto	Sim	grei@esap.pt geral@esap.pt 22 339 21 30
Escola Superior Artística do Porto (ESAP)-Guimarães	Sim	sadm@esap-gmr.com dir@esap-gmr.com 253 410 235
Escola Superior de Educação de Fafe	Sim	adrianopinto@iesfafe.pt geral@iesfafe.pt 253 509 000
Associação de pais Esmax	Sim	
Associação de pais Frei	Sim	
Somatório:	23 (sim) As Instituições que enviam material informativo contam como sim pois necessitam igualmente de mesa.	



Feira das profissões: Com um pé no futuro

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



Caríssimo,

Vimos, por este meio, convidá-lo a participar de uma forma muito especial na Feira das Profissões “*Com um pé no futuro*”, a realizar-se na Escola Secundária de Maximinos, no dia 19 de março, durante a manhã das 9:00 h até às 12:30 h.

Este evento dividir-se-á em duas atividades distintas, uma delas consiste em 5 salas (Sala das Línguas e Humanidades, Sala das Ciências e Tecnologias, Sala da Economia, Sala das Artes Visuais e ainda a Sala do Ensino Profissional) as quais contarão com vários profissionais em cada sala a explorar a sua profissão respondendo a possíveis questões, tais como: *porque escolheu a sua profissão; o que gosta mais e menos na sua atividade profissional; descrever um dia nessa mesma profissão* e, ainda, *qual o salário médio*. Tudo isto para os alunos de 9º ano, que estarão, naturalmente divididos por todas as salas. A outra atividade prende-se com uma mostra, onde estarão presentes algumas Universidades/Institutos. Aqui, os alunos poderão circular livremente e explorar as Instituições que mais lhes interessarem.

No revés da folha, poderá consultar os profissionais que foram convidados para estar presentes nas diferentes Salas.

Desde já agradecemos a colaboração e disponibilidade na participação deste Evento, solicitamos apenas que preencha o destacável abaixo, e reenvie até dia 13/03.

A organização da Feira das Profissões: *Com um pé no futuro*

✂-----

Aceito colaborar SIM ____ NÃO ____

Nome:_____

Profissão:_____ Contacto telefónico:_____

Correio eletrónico:_____



Feira das profissões: Com um pé no futuro

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



Sala das Ciências	Sala das Humanidades	Sala da Economia	Sala das Artes	Sala do Ensino Profissional
Médico	Advogada	Gestor	<i>Designer</i>	Gestão de Equipamentos Informáticos
Enfermeira	Político	Contabilista	Arquiteto	Informática de Gestão
Engenheiro	Sociólogo	Economista	Estilista	Organização e Gestão de Eventos
Psicólogo	Assistente Social	Finanças	Artista	Técnico de Prática Desportiva

FEIRA DAS PROFISSÕES:

"COM UM PÉ NO FUTURO"

Vais perder o Evento do Ano?!

19 de março
às 12:30h

Escola Secundária Maximinos



R 14:

Explora Universidades

Bloco 5:

Vem ouvir Profissionais de diversas áreas

Embarca nesta viagem ao futuro das profissões e vem explorar connosco!

A Organização:

Sónia Dias, Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo (GMOE)

Professoras Ana Paula Cardoso e Ana Capelo

Alunos do 12º ano



AEMaximinos
Associação de Escolas e Municípios do Vale do Minho



Feira das profissões: Com um pé no futuro

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



Texto para a rádio ESMAX

Se és aluno do 9º ano, esta informação é para ti!

O Gabinete de Mediação e Orientação Escolar do teu Agrupamento vai
realizar uma Feira das Profissões!

No dia 19 de Março, entre as 9H e as 12H30 esperamos por ti para visitares
a Feira

Com um pé no futuro na Escola Secundária!

Vais perder o Evento do Período?!

Atreve-te a dizer SIM e vem explorar connosco!



Feira das profissões: Com um pé no futuro

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar (GMOE)



Texto para a rádio FREI

Se és aluno do 9º ano, esta informação é para ti!

O Gabinete de Mediação e Orientação Escolar do teu Agrupamento vai
realizar uma Feira das Profissões!

No dia 19 de Março, entre as 9H e as 12H30 esperamos por ti para visitares
a Feira

Com um pé no futuro na Escola Secundária!

Vais perder o Evento do Período?!

Atreve-te a dizer SIM e vem explorar connosco!

	9º3		2ª	1							
	9º3	1									
	9º3	1									
	9º3									1	
	9º3		2ª	1							
	9º3				2ª			1			
	9º3	1									
	9º3					1					
	9º3	1									
	soma	7		7		2		1		7	
	Turma	S.Ciências	Op.Cienc.	S.Humanidades	Op.Hum..	S.Economia	Op. Econ.	S.Artes	Op.Artes	S.E.Prof.	Op.Prof.
	9º4	1									
	9º4			1					2ª		
	9º4							1			
	9º4							1			
	9º4				2ª			1			
	9º4									1	
	9º4									1	
	9º4									1	
	9º4							1			
	9º4									1	
	9º4									1	
	9º4									1	
	9º4			1					2ª		
	9º4									1	
	9º4				2ª			1			
	9º4				2ª			1			
	9º4									1	
	9º4									1	
	9º4	1									
	9º4	1									
	soma	3		2		0		6		9	

ESCOLA SECUNDÁRIA (Esmax)											
Nome Aluno	Turma	S.Ciências	Op.Cienc.	S.Humanidades	Op.Hum..	S.Economia	Op. Econ.	S.Artes	Op.Artes	S.E.Prof.	Op.Prof.
	9º5								2ª	1	
	9º5	1							2ª		
	9º5								2ª	1	
	9º5						2ª	1			3ª
	9º5	1					2ª		3ª		4ª
	9º5						2ª	1			3ª
	9º5									1	
	9º5									1	
	9º5									1	
	9º5	1							2ª		3ª
	9º5		3ª			1					2ª
	9º5	1									
	9º5									1	
	9º5	1							2ª		
	9º5									1	
	9º5				2ª			1			3ª
	9ª5					1			2ª		
	9º5	1							2ª		
	9º5							1			2ª
	9º5						2ª	1			
	9º5									1	
	9º5	1							2ª		
soma		7		0		2		5		8	
	Turma	S.Ciências	Op.Cienc.	S.Humanidades	Op.Hum..	S.Economia	Op. Econ.	S.Artes	Op.Artes	S.E.Prof.	Op.Prof.
	9º6	1			4ª		5ª		2ª		3ª
	9º6	1			4ª		5ª		3ª		2ª

[illegible]

	9º7									1	
	9º7							1			
	9º7										
	9º7	1									
	9º7	1									
	9º7							1			
	9º7									1	
	9º7									1	
	9º7	1									
	9º7									1	
	9º7									1	
	9º7	1									
	soma	4		0		0		3		7	
	Turma	S.Ciências	Op.Cienc.	S.Humanidades	Op.Hum..	S.Economia	Op. Econ.	S.Artes	Op.Artes	S.E.Prof.	Op.Prof.
	9º8				2ª			1			
	9º8	1							2ª		
	9º8		2ª	1					3ª		
	9º8	1							2ª		
	9º8	1							2ª		
	9º8	1									2ª
	9º8							1			
	9º8	1							2ª		
	9º8		2ª			1					3ª
	9º8	1									
	9º8				2ª			1			
	9º8		2ª			1					3ª
	9º8	1									2ª
	9º8		2ª	1							
	9º8	1									2ª
	soma	8		2		2		3		0	

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Convidados Presentes nas Salas

Sala das Ciências	Sala das Humanidades	Sala da Economia	Sala das Artes	Sala do Ensino Profissional
Médica Estudante 2º ano	Advogada Advogada Estagiária	Gestora	<i>Designer</i>	Técnico de Apoio à Gestão Desportiva
Enfermeira	Político	Contabilista	Arquiteto	Gestão de Equipamentos Informáticos
Engenheiro Estudante Eletrónica Industrial e Computadores	Jornalista	Economista Estudante de Economia	Estilista	Informática de Gestão
Psicóloga	Assistente Social	Finanças Em falta	Artista	Organização e Gestão de Eventos



Tarefas encontro 12ºanos

1) **E-mail** para estabelecer contacto com as Instituições

12º1 - comumpeno futuroaemaximinos121@gmail.com

12º2 - comumpeno futuroaemaximinos122@gmail.com

12º3 - comumpeno futuroaemaximinos123@gmail.com

2) **Informar os alunos dos grupos pré-estabelecidos:**

Grupo 1 – Instituição

Alunos

Grupo 2 – Instituição

Alunos

Grupo 3 – Instituição

Alunos

Grupo 4 – Instituição

Alunos

Grupo 5 – Instituição

Alunos

Todos os grupos procurarão os contactos das Instituições, à medida que vão encontrando estes mesmos contactos, o elemento representante do grupo vem ter com a psicóloga e ambos enviam o *e-mail*. Enquanto isso, os restantes alunos exploram os cursos existentes nas Universidades/ Institutos que estão a procurar e vão informando os colegas.



E-mail modelo

Ex. mo(s) Senhor (es),

Somos alunos do 12º ano de escolaridade do Curso Profissional de Técnico de Informática de Gestão, da Escola Secundária de Maximinos, pertencente ao Agrupamento de Escolas de Maximinos e, encontramos-nos a colaborar com outros alunos do 12º ano, Psicólogas e Professores, na organização da Feira das Profissões *Com um pé no futuro*, a realizar no dia 19 de março de 2015, entre as 9:00h e as 12:30h, nesta mesma escola.

Neste seguimento, vimos por este meio convidar a V/Instituição a estar presente no evento, para poderem apresentar a V/oferta formativa/ divulgar a mesma aos alunos deste Agrupamento.

Desde já agradecemos a atenção e disponibilidade.

Ficamos a aguardar resposta,

Atentamente,

Nomes dos alunos do grupo

A psicóloga



Contactos às Instituições

Grupo:

Alunos:

Instituições contactadas	Contacto de correio eletrónico	Contacto Telefónico	Confirmação

Contactos às Instituições

Grupo:

Alunos:

Instituições contactadas	Contacto de correio eletrónico	Contacto Telefónico	Confirmação



Folha de presenças

Alunos	1º encontro / /2015	2º encontro / /2015
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		
16.		
17.		
18.		
19.		

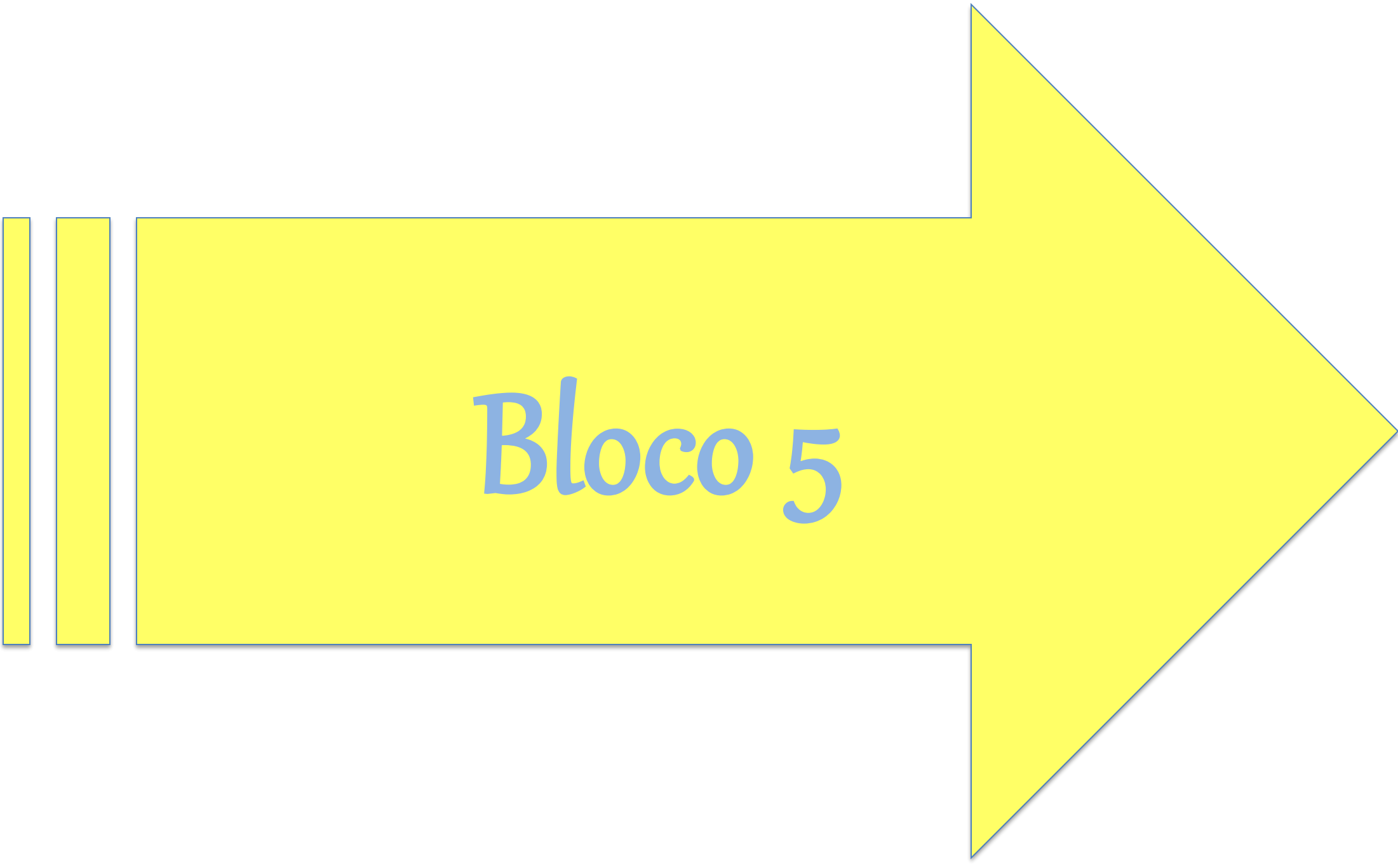


Segue esta direção e...

*Vem ouvir
profissionais das
diversas áreas!*

Segue esta direção e...

***Explora as
Universidades!***

A large yellow arrow pointing to the right, with the text "Bloco 5" centered inside it. To the left of the arrow's tail are two vertical yellow bars of different heights.

Bloco 5



Pavilhão R 14

Sala das Ciências e Tecnologias

Bom dia a todos, colegas e convidados, sejam muito bem-vindos à Sala das Ciências.

Iniciamos a manhã com a Catarina Silva, estudante do 2º ano de Medicina.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão à Catarina?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Passamos agora a palavra à Enfermeira cá da Escola, Sandra Duarte.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão à Enfermeira Sandra?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Ouviremos agora a Psicóloga Andreia Barbosa.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão à Psicóloga Andreia?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Terminamos com o André Gaspar, estudante do 5º ano de Engenharia Eletrónica Industrial e Computadores.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão ao André?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Sala das Línguas e Humanidades

Bom dia a todos, colegas e convidados, sejam muito bem-vindos à Sala das Humanidades.

Iniciamos a manhã com a Advogada Paula Gaveta e a Advogada Estagiária Ana Margarida F. Carvalho.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão às Advogadas Paula e Ana?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Passamos agora a palavra ao João Pedro Rodrigues, estudante do 2º ano de Direito.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão ao João?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Ouviremos agora a Técnica de Serviço Social, Neusa Silva.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão à Neusa?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Terminamos com a Jornalista Joana Lima de Oliveira.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão à Joana?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Sala da Economia

Bom dia a todos, colegas e convidados, sejam muito bem-vindos à Sala da Economia.

Iniciamos a manhã com a Gestora Vera Vaz.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão à Vera?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Passamos agora a palavra ao Estudante de Economia, António Peixoto.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão ao António?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Terminamos com a Contabilista Isabel Valentim.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão à Isabel?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Sala das Artes Visuais

Bom dia a todos, colegas e convidados, sejam muito bem-vindos à Sala das Artes

Iniciamos a manhã com o *Designer* Telmo Oliveira.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão a algum dos *Designers*?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Passamos agora a palavra ao Arquiteto Jorge Franqueira, professor cá na Escola.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão ao Professor Jorge?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Ouviremos agora ao Estilista, Tiago Silva.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão ao Tiago?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Terminamos com o Artista Joaquim Carvalho.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão ao Joaquim?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Sala do Ensino Profissional

Bom dia a todos, colegas e convidados, sejam muito bem-vindos à Sala do Ensino Profissional.

Iniciamos a manhã com o curso Técnico de apoio à Gestão Desportiva, aqui representado pelo Professor Filipe Marques.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão ao Professor Filipe?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Continuamos com o curso Gestão de Equipamentos Informáticos, aqui representado pela Professora Fernanda Guimarães e pela ex. aluna cá da escola, Ana.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão aos representantes?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Ouviremos agora o curso Informática de Gestão, representado pelo Professor Carlos Gonçalves.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão ao Professor Carlos?

(Contar 5 min. aproximadamente)

Terminamos a manhã com o curso Organização e Gestão de Eventos, aqui representado também pela Professora Fernanda Guimarães.

(Contar 15 min. aproximadamente)

Alguém gostaria de colocar alguma questão aos representantes?

(Contar 5 min. aproximadamente)



Feira das profissões: Com um pé no futuro



Agradecemos a sua participação na Feira das Profissões Com um pé no futuro. Oferecemos esta pequena lembrança como forma de gratidão.
A organização.



Feira das profissões: Com um pé no futuro



Agradecemos a sua participação na Feira das Profissões Com um pé no futuro. Oferecemos esta pequena lembrança como forma de gratidão.
O Agrupamento de Escolas de Maximinos.



Feira das profissões: Com um pé no futuro



Agradecemos a sua participação na Feira das Profissões Com um pé no futuro. Oferecemos esta pequena lembrança como forma de gratidão.
A organização.



Feira das profissões: Com um pé no futuro



Agradecemos a sua participação na Feira das Profissões Com um pé no futuro. Oferecemos esta pequena lembrança como forma de gratidão.
A organização.



Feira das profissões: Com um pé no futuro



Agradecemos a sua participação na Feira das Profissões Com um pé no futuro. Oferecemos esta pequena lembrança como forma de gratidão.
A organização.



Feira das profissões: Com um pé no futuro



Agradecemos a sua participação na Feira das Profissões Com um pé no futuro. Oferecemos esta pequena lembrança como forma de gratidão.
A organização.



Feira das profissões: Com um pé no futuro



Agradecemos a sua participação na Feira das Profissões Com um pé no futuro. Oferecemos esta pequena lembrança como forma de gratidão.
A organização.



Feira das profissões: Com um pé no futuro



Agradecemos a sua participação na Feira das Profissões Com um pé no futuro. Oferecemos esta pequena lembrança como forma de gratidão.
A organização.



CERTIFICADO

Certifica-se que _____ participou, com um excelente desempenho, na organização do evento “Feira das profissões: Com um pé no futuro!”, que se realizou no dia 19 de março de 2015, na Escola Secundária de Maximinos, pertencente ao Agrupamento de Escolas de Maximinos.

A Direção,

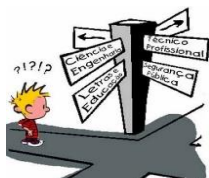


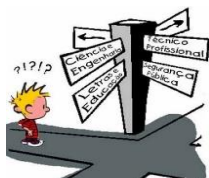
Tabela 12: Ficha técnica Evento Feira das Profissões: “Com um pé no futuro!”

Título: “Com um pé no futuro!”			
Tema: Evento Feira das Profissões			
Objetivo Geral			
- Proporcionar à comunidade escolar uma experiência única relativa à escolha do curso e universidades a ingressar após a conclusão do 12º ano.			
Intervenientes	Psicólogas estagiárias (dinamizadoras) Equipa GMOE (Psicóloga e Assistente Social) Professora Ana Paula Cardoso Professora Ana Paula Campelo Alunos 9º ano Alunos 12º ano Toda a comunidade académica (outros alunos e professores) Representantes 23 faculdades		
Destinatários	9º1-20 alunos 9º2-19 alunos 9º3-24 alunos 9º4-20 alunos 9º5-22 alunos 9º6-29 alunos 9º7-16 alunos 9º8-15 alunos	Escola Frei Caetano Brandão Escola Secundária Maximinos	10º 1- 29 alunos 10º2-26 alunos 10º3- 11º1-24 alunos 11º2- 12º 1-31 alunos 12º1-12 alunos 12º3-19 alunos
			Escola Secundária Maximinos
Frequência	1 manhã		
Duração	45 Minutos		
Horário	9:00h às 12:00h		
Local	- Pavilhão Gimnodesportivo R14 - 5 salas do Bloco 5		
Início: Fim: 19 de março de 2015			
Autoras: Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo			

Concetualização teórica/ pertinência

É mencionado na literatura é habitual alunos do ensino secundário, mais propriamente no 12º ano, ainda se encontrarem numa fase de indecisão acerca da escolha da área profissional a seguir. Este nível de indecisão repercute-se, entre outros, no número significativo de alunos que, aquando à entrada no ensino superior em Portugal, tendem a mudar de curso no 1º ano da Faculdade (Pocinho Correia, Camacho, & Rodrigues (2007), cit. in Pocinho, Correia, Carvalho, & Silva, 2010).

Toda a documentação integral relativa a este evento encontra-se em anexo para que se possam consultar de forma mais detalhada todas as informações



relevantes, possibilitando ao leitor uma leitura mais abrangente acerca de toda as dinâmicas envolvidas na organização deste evento.

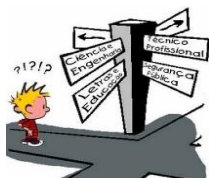
De acordo com a pesquisa teórica existem várias variáveis individuais, contextuais e relacionais que poderão estar envolvidas no desenvolvimento vocacional do adolescente e na implementação do processo de decisão. A falta de informação na hora da escolha do curso, o descontentamento com o conteúdo do curso e as baixas perspetivas de emprego, são questões bastante discutidas.

Estas variáveis podem fazer com que dificuldades inerentes ao processo de tomada de decisão e dúvidas acerca do curso ou instituição a ingressar se prolonguem, mesmo quando os adolescentes e/ou jovens adultos já se encontram no final do 12º ano (Araújo, Taveira, & Lemos, 2004; Almeida, Guisande, Soares, & Saavedra, 2006).

Assim, o processo de orientação e aconselhamento vocacional necessita, desta forma, de todo um trabalho que pode envolver o estabelecimento de vários contactos com instituições, entrevistas formais ou informais, visitas e observação de profissões, feiras das profissões, ou a outros recursos que possam eventualmente mostrar-se úteis para o ajudar a clarificar as dúvidas que possam existir ou possibilitar a abertura a novas visões do mundo do trabalho ou das profissões Kromboltz (2009).

Descrição da atividade

Assim, no âmbito da Semana Cultural que se realizou na semana de 18 a 20 de março de 2015, realizou-se o evento *Feira das Profissões: Com um pé no Futuro* na Escola Secundária de Maximinos - Sede deste Agrupamento, no dia 19 de Março durante o período da manhã. Este evento teve como principal objetivo proporcionar à comunidade escolar uma experiência única e capacitar os alunos de alternativas, no que se refere à escolha de área, curso, universidades e/ou instituições que se constituem como opção de ingresso após a conclusão do Ensino secundário. Esta Feira das Profissões contou com uma panóplia de amostras de várias Universidades, Institutos Politécnicos, Instituições Militares, bem como os respetivos cursos, no pavilhão de Educação Física.

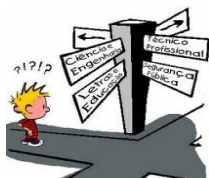


A escolha dos intervenientes deve-se ao fato deste evento ter, acima de tudo, um caráter informativo. Assim, esta atividade foi direcionada essencialmente para os alunos do Ensino Secundário, ou seja, as 3 turmas do 10º ano (80 alunos), 2 turmas do 11º anos (50 alunos) e alunos do 12º ano (64 alunos) totalizando 194 alunos. No entanto, e como os alunos do 9º ano também foram convidados, esta atividade foi também explorada por estes. Sendo 4 turmas da EB2/3 da Frei Caetano e 4 turmas da Escola Secundária de Maximinos, perfazendo um acréscimo de 164 alunos.

Foi proporcionado um momento, este dirigido exclusivamente aos 164 alunos do 9º ano, que contou com 5 salas, no Bloco 5, referentes às diferentes áreas disponíveis no ensino secundário. Para tal, foram convidados um total de 17 profissionais, distribuídos pelas referidas 5 salas, em representação de diferentes profissões e áreas, a seguir esquematizadas na Tabela 1.

Tabela 1: Distribuição das salas/alunos/profissionais

Distribuição salas/alunos/profissionais		
Salas	Alunos	Profissionais
Sala das Ciências	53	Enfermeira Engenheiro Psicóloga *Estudante de Medicina (não pôde comparecer)
Sala das Humanidades	23	Advogada Político Técnica de Serviço Social *Jornalista (não pôde comparecer)
Sala da Economia	12	Gestora Contabilista *Economista (não pôde comparecer)
Sala das Artes	24	Arquiteto Artista Estilista Designer
Sala do Ensino Profissional	46	Professor Filipe Marques Professora Fernanda Guimarães Professor Carlos Gonçalves



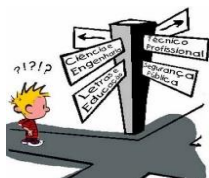
Refira-se que, na Sala do Ensino Profissional, estiveram presentes os Cursos passíveis de abertura na Escola Secundária de Maximinos e, em representação destes havia um Professor da mesma Escola, a saber: Professor Filipe Marques em representação do Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva; Professora Fernanda Guimarães e Professor Carlos Gonçalves, em representação do Curso Profissional de Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos. O objetivo seria dar a conhecer aos alunos os Cursos existentes na Escola bem como angariar estudantes para os mesmos.

Importa ainda referir que da organização deste evento fizeram parte as professoras responsáveis, professora Ana Paula Cardoso e professora Ana Capelo; a Psicóloga do Agrupamento, Dra. Sónia Dias e as Psicólogas Estagiárias da Faculdade de Filosofia, da Universidade Católica de Braga, Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues e Rosa Araújo. Contou-se ainda com a cooperação do professor José Álvaro que colaborou na estampagem das camisolas oferecidas aos alunos, e com a ajuda do professor Jorge Franqueira, presente na Sala das Artes, enquanto Arquiteto.

O contributo da Dra. Neusa Silva foi também bastante proveitoso para a organização deste evento. De referir ainda, a colaboração da Direção do Agrupamento nas pessoas do Professor António Pereira, do Professor José Carlos Ferros e do Professor João Beleza. Contou-se ainda com a colaboração de, essencialmente, 10 assistentes operacionais.

Todo este processo teve o seu início, sensivelmente, três meses antes do evento, sendo que foram realizados os primeiros contatos com os alunos do 12º ano para apresentar o evento bem como convidá-los a integrar o mesmo, ao qual acederam cerca de 24 alunos e que, por conseguinte, também se envolveram na organização do evento.

Realizaram-se vários encontros com os alunos para agendar contactos às diversas Instituições, quer fosse por correio eletrónico ou por via telefónica. Foi assim encetado um contacto preliminar nos inícios do mês de fevereiro de 2015, e devido à falta de resposta por parte de algumas dessas instituições, procedeu-se a um segundo



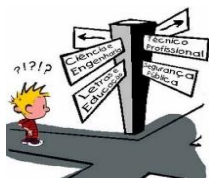
contacto posterior realizado, no sentido de confirmar as presenças na feira, para se poder tratar de toda a logística.

Forma também realizadas diversas reuniões entre as professoras da organização e a equipa do GMOE, nomeadamente a Psicóloga do Agrupamento e as Psicólogas Estagiárias. Foi ainda importante uma reunião com a Direção do Agrupamento de Escolas para obtenção da autorização para a realização da Feira das Profissões, expondo o que estava previsto ser realizado, bem como acertar alguns pormenores considerados pertinentes para o sucesso do evento.

No que concerne às entidades institucionais convidadas, o evento pôde contar com a participação de 23 instituições, das quais 7 foram Universidades, 6 Institutos Politécnicos/Superiores, 4 Escolas Superiores, 4 Instituições de Segurança, 1 Cooperativa e 1 Instituto de Medicina Tradicional. A amostra contou ainda com a presença das Associações de Pais das escolas Frei Caetano Brandão e Escola Secundária de Maximinos. Contemplou-se ainda, neste espaço, um local destinado à passagem de um filme do Agrupamento, para dar a conhecer aos presentes as várias escolas e algumas das atividades que aí são desenvolvidas ao longo do ano.

Para que tudo isto fosse possível houve ainda a necessidade de uma prévia divulgação do evento, onde foi fundamental recorrer a vários meios de propagação. Inicialmente foi entregue às turmas do 9º ano um destacável referente à ficha de inscrição no evento e que lhes permitia o acesso às diversas Salas das diferentes áreas. Neste destacável foi solicitado a cada aluno que assinalasse, por ordem de preferência, a sala que gostaria de estar presente, isto para obter o número de alunos por sala, permitindo fazer a gestão das mesmas. No próprio dia foram afixadas as listas referentes aos alunos distribuídos por salas, num placar colocado à entrada da escola.

Foram também colocados nas duas escolas – EB2/3 Frei Caetano Brandão e Escola Secundária - cartazes alusivos ao evento, no sentido de promover o mesmo. A partir do dia 13 de março, em todos os intervalos, em ambas as escolas, foi lido um texto alusivo à Feira das Profissões, com o objetivo de promover a mesma e cativar os alunos para a presença no evento. Numa fase final, foi realizada a divulgação do evento através de um meio de comunicação social local, nomeadamente, através da colocação de uma notícia no Correio do Minho.

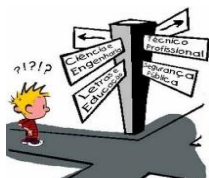


Para cumprir a finalidade da realização deste evento, foi possível graças à colaboração de diversas entidades que patrocinaram o mesmo, nomeadamente a Empresa G-TEX, situada nas Taipas, concelho de Guimarães que muito gentilmente nos ofereceu todos os tecidos para decorar as Salas no Bloco 5 bem como o Pavilhão R14 onde se realizou a mostra; outras pessoas particulares, que forneceram cerca de 180 camisolas em diversos tamanhos, por forma a serem oferecidas a todos os alunos do 9º ano do Agrupamento, como recordação do evento; foi possível conseguir também, 7 arranjos florais para decorar os vários espaços onde decorreu o evento e ainda; através do Professor José Álvaro foi possível ter contato com uma Estamparia, na pessoa do Sr. Fernando Pedrosa, sita em Celeirós, tendo estampado camisolas de forma alusiva ao evento, por um preço considerado acessível aos recursos económicos do Agrupamento.

No entanto, para atingir aos objetivos propostos é importante referir que, na pausa de 30 minutos ao meio da manhã, para troca de alunos, sendo que 4 turmas estiveram presentes nas salas num primeiro momento e as restantes 4 num segundo momento, foi proporcionado um pequeno lanche. Os elementos da organização, professoras e mentoras do evento conseguiram iguarias e bebidas, de forma particular, para poder partilhar este lanche com todos os profissionais convidados, representantes das várias Instituições presentes e para os elementos da organização do evento, sendo que o café ficou a cargo da Direção do Agrupamento.

Ainda foi possível, adquirir uns saquinhos para oferecer a cada convidado profissional, que continha um pequeno texto a agradecer a presença dos mesmos no respetivo evento e umas pequenas lembranças simbólicas do Agrupamento. Importa ainda referir o papel da Direção do Agrupamento, que nos facultou, dentro das suas possibilidades, tudo aquilo que foi solicitado.

A cada um dos alunos participantes na organização do evento, foi atribuído um Diploma de participação, assinado pelo Diretor do Agrupamento.



3.4.4. Evento Feira das Profissões: “Com um pé no futuro!”¹⁰

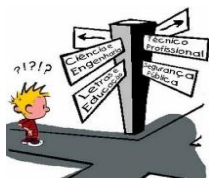
A seguir apresenta-se a tabela (33), onde esta esquematizado a ficha técnica, onde é possível ver além de outros aspetos, os objetivos gerais, os intervenientes e os destinatários do evento.



Tabela 33: Ficha técnica Evento Feira das Profissões: “Com um pé no futuro!”

Tabela 33: Ficha Técnica Evento - Feira das Profissões: “Com um pé no futuro.”			
Título: “Com um pé no futuro!”			
Tema: Orientação Vocacional			
Objetivo Geral			
- Promover e apoiar os adolescentes à tomada de decisão para o ingresso no Ensino Superior;			
- Auxiliar os adolescentes à tomada de decisão vocacional;			
- Permitir oferecer aos jovens que estavam prestes a definir seu futuro profissional informações fundamentais sobre as áreas profissionais.			
Intervenientes			
Psicólogas estagiárias (dinizadoras)			
Equipa GMOE (Psicóloga e Assistente Social)			
Professores Agrupamento			
Alunos 9º ano			
Alunos 12º ano			
Toda a comunidade académica (outros alunos e assistentes operacionais)			
Representantes 23 faculdades			
Destinatários			
9º1-20 alunos			
9º2-19 alunos			
9º3-24 alunos			
9º4-20 alunos			
Escola Frei			
Caetano			
Brandão			
10º 1- 29 alunos			
10º2-26 alunos			
10º3-25 alunos			
11º1-24 alunos			
11º2-26			
Escola			
Secundária			
9º5-22 alunos			
9º6-29 alunos			
9º7-16 alunos			
9º8-15 alunos			
Escola			
Secundária			
Maximinos			
12º 1-31 alunos			
12º1-12 alunos			
12º3-19 alunos			
Maximinos			
Frequência			
1 manhã			
Duração			
45 Minutos			
Horário			
9:00h às 12:00h			
Local			
- Pavilhão Gimnodesportivo R14			
- 5 salas do Bloco 5			
Início: Fim: 19 de março de 2015			
Autoras: Ana Luísa Faria, Bruna Rodrigues, Rosa Araújo e GMOE			

¹⁰ Toda a documentação integral relativa a este evento encontra-se em anexo para que se possam consultar de forma mais detalhada todas as informações relevantes, possibilitando ao leitor uma leitura mais abrangente acerca de toda as dinâmicas envolvidas na organização deste evento (Anexo 19).



É mencionado na literatura que é habitual alunos do ensino secundário ainda se encontrarem numa fase de indecisão acerca da escolha da área profissional a seguir. Este nível de indecisão repercute-se, entre outros, no número significativo de alunos que, aquando à entrada no ensino superior em Portugal, tendem a mudar de curso no 1º ano da Faculdade (Pocinho Correia, Camacho, & Rodrigues (2007), cit. in Pocinho, Correia, Carvalho, & Silva, 2010).

A decisão do curso, o descontentamento com o conteúdo do mesmo e as baixas perspetivas de emprego, são questões bastante discutidas pelos vários autores, indicando que essas preocupações podem fazer com que dificuldades inerentes ao processo de tomada de decisão, acerca do curso ou instituição a ingressar se prolonguem, mesmo quando os adolescentes e/ou jovens adultos já se encontram no final do 12º ano (Araújo, Taveira, & Lemos, 2004; Almeida, Guisande, Soares, & Saavedra, 2006).

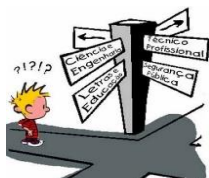
Assim, o processo de orientação e aconselhamento vocacional necessita, desta forma, de todo um trabalho que pode envolver o estabelecimento de vários contactos com instituições, entrevistas formais ou informais, visitas e observação de profissões, feiras das profissões, ou a outros recursos que possam eventualmente mostrar-se úteis para o ajudar a clarificar as dúvidas que possam existir ou possibilitar a abertura a novas visões do mundo do trabalho ou das profissões Kromboltz (2009).

Posto isto, será importante apresentar de forma reduzidamente a atividade “Com um pé no futuro!”.

Descrição da atividade

Assim, no âmbito da Semana Cultural que se realizou na semana de 18 a 20 de março de 2015, realizou-se o evento *Feira das Profissões: Com um pé no Futuro* na Escola Secundária de Maximinos - Sede deste Agrupamento, no dia 19 de Março durante o período da manhã. Contou com uma panóplia de amostras de várias Universidades, Institutos Politécnicos, Instituições Militares, bem como os respetivos cursos, no pavilhão de Educação Física.

Assim, esta atividade foi direcionada essencialmente para os alunos do Ensino Secundário, ou seja, as 3 turmas do 10º ano (80 alunos), 2 turmas do 11º anos (50 alunos) e alunos do 12º ano (64 alunos) totalizando 194 alunos. No entanto, e como os



alunos do 9º ano também foram convidados, esta atividade foi também explorada por estes. Sendo 4 turmas da EB2/3 da Frei Caetano e 4 turmas da Escola Secundária de Maximinos, perfazendo um acréscimo de 164 alunos.

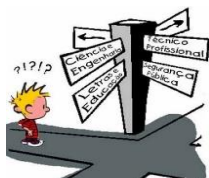
Foi proporcionado um momento, este dirigido exclusivamente aos 164 alunos do 9º ano, que contou com 5 salas, no Bloco 5, referentes às diferentes áreas disponíveis no ensino secundário. Para tal, foram convidados um total de 17 profissionais, distribuídos pelas referidas 5 salas, em representação de diferentes profissões e áreas, a seguir esquematizadas na tabela 34:

Tabela 34: Distribuição das salas/alunos/profissionais

Distribuição salas/alunos/profissionais		
Salas	Alunos	Profissionais
Sala das Ciências	57	Enfermeira Engenheiro Psicóloga *Estudante de Medicina (não pôde comparecer)
Sala das Humanidades	23	Advogada Político Técnica de Serviço Social *Jornalista (não pôde comparecer)
Sala da Economia	12	Gestora Contabilista *Economista (não pôde comparecer)
Sala das Artes	24	Arquiteto Artista Estilista Designer
Sala do Ensino Profissional	48	1 Professor Curso Profissional do Curso Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos 1 Professor Curso Técnico de Apoio à Gestão Desportiva

Refira-se que, na Sala do Ensino Profissional, estiveram presentes os Cursos passíveis de abertura na Escola Secundária de Maximinos, sendo o objetivo seria dar a conhecer aos alunos do Agrupamento os cursos existentes no mesmo.

Importa ainda referir que da organização deste evento fizeram parte duas Professoras do Agrupamento, a Psicóloga Dra. Sónia Dias, as três estagiárias. Contou-se ainda com a cooperação de um outro Professor que colaborou na estampagem das camisolas oferecidas aos alunos. De referir ainda, a colaboração da Direção do



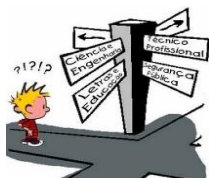
Agrupamento. Contou-se ainda com a colaboração de, essencialmente, 10 assistentes operacionais.

Todo este processo teve o seu início, sensivelmente, três meses antes do evento, sendo que foram realizados os primeiros contatos com os alunos do 12º ano para apresentar o evento como convidá-los a colaborar no projeto, ao qual acederam cerca de 24 alunos e que, por conseguinte, também se envolveram na organização do evento. Desde os inícios do mês de fevereiro de 2015, realizou-se várias reuniões com os alunos para contactar as diversas Instituições, quer fosse por correio eletrónico ou por via telefónica.

Foram também realizadas diversas reuniões entre as Professoras da organização, a Psicóloga, as estagiárias, com a Direção do Agrupamento de Escolas para obtenção da autorização para a realização da Feira das Profissões, expondo o que estava previsto ser realizado, como acertar alguns pormenores considerados pertinentes para o sucesso do evento.

No que concerne às entidades institucionais convidadas, o evento pôde contar com a participação de 23 instituições, das quais 7 foram Universidades, 6 Institutos Politécnicos/Superiores, 4 Escolas Superiores, 4 Instituições de Segurança, 1 Cooperativa e 1 Instituto de Medicina Tradicional. A amostra contou ainda com a presença das Associações de Pais das escolas Frei Caetano Brandão e Escola Secundária de Maximinos. Contemplou-se ainda, neste espaço, um local destinado à passagem de um filme do Agrupamento, para dar a conhecer aos presentes as várias escolas e algumas das atividades que aí são desenvolvidas ao longo do ano.

Para que tudo isto fosse possível houve ainda a necessidade de uma prévia divulgação do evento, onde foi fundamental recorrer a vários meios de propagação. Inicialmente foi entregue às turmas do 9º ano um destacável referente à ficha de inscrição no evento e que lhes permitia o acesso às diversas Salas das diferentes áreas. Neste destacável foi solicitado a cada aluno que assinalasse, por ordem de preferência, a sala que gostaria de estar presente, isto para obter o número de alunos por sala, permitindo fazer a gestão das mesmas. No próprio dia foram afixadas as listas referentes aos alunos distribuídos por salas, num placar colocado à entrada da escola.

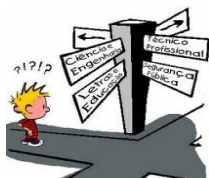


Foram também colocados nas duas escolas – EB2/3 Frei Caetano Brandão e Escola Secundária - cartazes alusivos ao evento, no sentido de promover o mesmo. A partir do dia 13 de março, em todos os intervalos, em ambas as escolas, foi lido um texto alusivo à Feira das Profissões, com o objetivo de promover a mesma e cativar os alunos para a presença no evento. Numa fase final, foi realizada a divulgação do evento através de um meio de comunicação social local, nomeadamente, através da colocação de uma notícia no Correio do Minho.

Para cumprir a finalidade da realização deste projeto de Orientação Vocacional, foi possível graças à colaboração de diversas entidades que patrocinaram o mesmo, nomeadamente a Empresa G-TEX, situada nas Taipas, concelho de Guimarães que muito gentilmente nos ofereceu todos os tecidos para decorar as Salas no Bloco 5 bem como o Pavilhão R14 onde se realizou a mostra; outras pessoas particulares, que forneceram cerca de 180 camisolas em diversos tamanhos, por forma a serem oferecidas a todos os alunos do 9º ano do Agrupamento, como recordação do evento, por serem os alunos que, possivelmente, iriam prosseguir os estudos num novo ciclo no Agrupamento. Foi possível conseguir também, 7 arranjos florais para decorar os vários espaços onde decorreu o evento e ainda; tendo sido estampadas as camisolas de forma alusiva ao evento.

No entanto, é importante referir que na pausa de 30 minutos ao meio da manhã, para troca de alunos, sendo que 4 turmas estiveram presentes nas salas num primeiro momento e as restantes 4 num segundo momento, foi proporcionado um pequeno lanche. Os elementos da organização, professoras e mentoras do evento conseguiram iguarias e bebidas, de forma particular, para poder partilhar este lanche com todos os profissionais convidados, representantes das várias Instituições presentes e para os elementos da organização do evento, sendo que o café ficou a cargo da Direção do Agrupamento.

Ainda foi possível, adquirir uns saquinhos para oferecer a cada convidado profissional, que continha um pequeno texto a agradecer a presença dos mesmos no respetivo evento e umas pequenas lembranças simbólicas do Agrupamento. Importa ainda referir o papel da Direção do Agrupamento, que nos facultou, dentro das suas possibilidades, tudo aquilo que foi solicitado.



Feira das profissões: Com um pé no futuro



A cada um dos alunos participantes na organização do evento, foi atribuído um Diploma de participação, assinado pelo Diretor do Agrupamento.

Anexo 22 - Programa OV Secundário “Vamos embarcar numa viagem
ao mundo das profissões!”



**Vamos embarcar numa viagem...
ao futuro das profissões!**

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar - GMOE
Sónia Dias
Ana Luisa Faria
Bruna Rodrigues
Rosa Araújo

Ano Letivo 2014/2015

Índice
- Tema e pertinência do programa - Ficha técnica - Objetivos - Lista das sessões

Tema e pertinência do programa

Tema:
Orientação Vocacional

Pertinência:
Benefícios da intervenção profissional no processo de orientação vocacional, atendendo ao facto de esta fase desenvolvimental, a adolescência, ser repleta de momentos de tomada de decisão, onde o aluno poderá sentir ansiedade sobre as decisões que tem de tomar neste processo, visto que é uma escolha que poderá abarcar desde os interesses do aluno, os seus medos, as expectativas da família, ao próprio mercado de trabalho (Silva, Noce & Andrade, 2003).

Ficha Técnica

Intervenientes:
Alunos do 10.º ano de escolaridade

Número de sessões:
Alunos: 2 sessões
Pais: 2 reunião

Frequência:
Mensal



Objetivos

- Promoção da exploração ativa relativamente ao seu percurso vocacional;
- Promoção de conhecimentos sobre o mundo do trabalho, das profissões e do emprego (Taveira, 2004), nomeadamente de cursos e escolas;
- Promover a capacidade de perspetivas o futuro (Super, Savickas & Super, 1996, cit. in Taveira, 2004).
- Esclarecimento de dúvidas relacionadas com o ingresso no ensino superior, designadamente o cálculo da média e outros pormenores inerentes a este processo.
- Desenvolvimento de uma orientação para o mundo do trabalho, nomeadamente a aquisição de hábitos e atitudes de trabalho (Super, Savickas & Super, 1996, cit. in Taveira, 2004);

Apresentação das sessões com os alunos
10º ano

- Conheces-te? -

Sessão 1: Apresento-me, conheço e exploro...

-  Apresentação dos alunos e das mediadoras
-  Apresentação do programa e esclarecimento de dúvidas
-  Preenchimento da ficha "Sobre mim"
-  Promoção de competências de exploração ativa do percurso vocacional.

Sessão 2: Esclareço as minhas dúvidas

-  Esclarecimento de dúvidas
-  Dissolução de mitos sobre as profissões
-  Visualização de vídeos sobre a importância da formação
-  Debate sobre os vídeos

FIM

Obrigada pela atenção!




Vamos embarcar numa viagem... ao futuro das profissões!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar - GMOE
Sónia Dias
Ana Luisa Faria
Bruna Rodrigues
Rosa Araújo

Ano Letivo 2014/2015

Índice

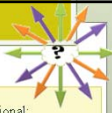
-  Tema e pertinência do programa
-  Ficha técnica
-  Objetivos
-  Lista das sessões

Tema e pertinência do programa

 **Tema:**
Orientação Vocacional

 **Pertinência:**
Benefícios da intervenção profissional no processo de Orientação Vocacional, atendendo ao facto de esta fase desenvolvimental, a adolescência, ser repleta de momentos de tomada de decisão, onde o aluno poderá sentir ansiedade sobre as decisões que tem de tomar neste processo, visto que é uma escolha que poderá abarcar desde os interesses do aluno, os seus medos, as expectativas da família, ao próprio mercado de trabalho (Silva, Noce & Andrade, 2003).

Objetivos



-  Promoção da exploração ativa relativamente ao seu percurso vocacional;
-  Promoção de conhecimentos sobre o mundo do trabalho, das profissões e do emprego (Taveira, 2004), nomeadamente de cursos e escolas;
-  Promover a capacidade de perspetivas o futuro (Super, Savickas & Super, 1996, cit. in Taveira, 2004).
-  Esclarecimento de dúvidas relacionadas com o ingresso no ensino superior, designadamente o cálculo da média e outros pormenores inerentes a este processo.
-  Desenvolvimento de uma orientação para o mundo do trabalho, nomeadamente a aquisição de hábitos e atitudes de trabalho (Super, Savickas & Super, 1996, cit. in Taveira, 2004);

Apresentação das sessões com os alunos

11º ano

Vem explorar o mundo das profissões!



Ficha Técnica

 **Intervenientes:**
Alunos do 11.º ano de escolaridade

 **Número de sessões:**
Alunos: 1 sessão (90 minutos)



Sessão 1: *As minhas dúvidas...*

-  Apresentação dos intervenientes
-  Apresentação do programa e esclarecimento de dúvidas
-  Exploração do Curriculum Vitae
-  Ficha Onde podes procurar informação
-  Promoção de competências de exploração ativa do percurso vocacional

FIM

Obrigada pela atenção!




Vamos embarcar numa viagem... ao futuro das profissões!

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar - GMOE
Sónia Dias
Ana Luisa Faria
Bruna Rodrigues
Rosa Araújo

Ano Letivo 2014/2015

Índice

- Tema e pertinência do programa
- Ficha técnica
- Objetivos
- Lista das sessões

Tema e pertinência do programa

Tema:
Orientação Vocacional

Pertinência:
Benefícios da intervenção profissional no processo de Orientação Vocacional, atendendo ao facto de esta fase desenvolvimental, a adolescência, ser repleta de momentos de tomada de decisão, onde o aluno poderá sentir ansiedade sobre as decisões que tem de tomar neste processo, visto que é uma escolha que poderá abarcar desde os interesses do aluno, os seus medos, as expectativas da família, ao próprio mercado de trabalho (Silva, Noce & Andrade, 2003).

Objetivos



- Promoção da exploração ativa relativamente ao seu percurso vocacional;
- Esclarecimento de dúvidas relacionadas com o ingresso no ensino superior, designadamente o cálculo da média e outros pormenores inerentes a este processo.

Apresentação das sessões com os alunos
12º ano



Já estás orientado?

Ficha Técnica

Intervenientes:
Alunos do 12.º ano de escolaridade

Número de sessões:
Alunos: 1 sessão (90 minutos)



Sessão 1: Apresento-me e exponho as minhas dúvidas...

-  Apresentação dos intervenientes
-  Apresentação do programa e esclarecimento de dúvidas
-  Exploração do Curriculum Vitae
-  Preenchimento da ficha *Sobre mim*
-  Ficha *Onde podes procurar informação*
-  Ficha *Quadro de pesquisa de cursos*
-  Preenchimento da ficha *As profissões (para casa)*

FIM

Obrigada pela atenção!



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE

Nome: _____ N.º: _____ Ano/Turma: _____

“Sobre mim”

- Antes de começares a responder às questões, reflete sobre a tua decisão de escolher o curso de ensino secundário que frequentas atualmente, bem como os teus objetivos para o futuro;
- Tenta responder com sinceridade;
- Se tiveres alguma dúvida, não hesites em colocá-las às Psicólogas.

1. Como sou?

1.1. Quatro adjetivos que me caracterizam:

- a) Como filho sou _____.
- b) Como estudante sou _____.
- c) Como amigo sou _____.
- d) Como _____ sou _____.

1.2. Três adjetivos que os outros utilizariam para me caracterizar:

- a) Acho que os meus pais me consideram _____.
- b) Acho que a maioria dos professores me consideram _____.
- c) Acho que o meu melhor amigo me considera _____.

2. Classificações escolares:

2.1. Tenho obtido melhores classificações em: _____.

2.2. Tenho obtido piores classificações em: _____.



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE

2.3. Os interesses mais elevados são: _____.

2.4. Os meus interesses mais baixos _____.

2.5. A(s) disciplina(s) que gosto mais é/são: _____

_____.

2.6. A(s) disciplina(s) que gosto menos é/são: _____

_____.

3. Lê as seguintes frases e completa-as de acordo com o que elas sugerem. Tenta ser o mais espontâneo/a possível.

• Sempre gostei muito de _____ mas não gosto de _____.

• Tenho mais jeito para _____ do que para _____.

• Na escola gosto de _____ mas não gosto de _____.

• No 10.º ano escolhi _____ porque _____.

• Não consigo imaginar-me a _____.

• Quando penso na Universidade _____.

• No que se refere ao mundo do trabalho _____.

• O mais importante para mim agora é _____.



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE

- O meu sonho para o futuro é _____.
- Acho que ficaria contente se _____.
- Sou feliz quando _____.
- Para mim, a coisa mais importante na vida é _____.

4. No ensino secundário:

**4.1. Como te sentes relativamente ao curso que frequentas neste momento?
Que facilidades/dificuldades identificaste até ao momento no percurso
escolhido?**

**4.2. Se pudesses escolher agora, seguirias o mesmo percurso ou outro?
Justifica a tua resposta.**



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE

5. Objetivos, estratégias e recursos:

5.1. O que quero fazer ou conseguir ao longo deste ano letivo é:

5.2. E nos próximos vinte anos é:

5.3. De que recursos disponho?

5.4. Que barreiras encontro?

5.5. Como vou conseguir?

6. Tens dúvidas relativamente ao caminho que pretendes seguir após a conclusão do ensino secundário, por exemplo o ingresso no ensino superior, encontrar um emprego, ingressar num curso profissional? Justifica a tua resposta.



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE



7. As profissões que ambicionei

7.1.Tenta recordar-te de 4 ou mais profissões que alguma vez ambicionaste:

Profissão que ambicionei	Razões da minha preferência

7.2. Das profissões que assinalaste, quais as que consideras que já não fazem parte dos teus planos? Justifica a tua resposta.

7.3. Quais as que ainda te interessam? Justifica a tua resposta.

8. Relativamente a este processo de orientação vocacional, tens alguma dúvida que gostarias que fosse respondida durante o mesmo?

(Centro Nacional de Recursos para a Orientação Vocacional, 2002; Pinto, 2002)





Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE

Onde podes procurar informação

OFERTAS ESCOLARES E FORMATIVAS	PROFISSÕES	ORIENTAÇÃO VOCACIONAL
www.iefp.pt www.novasoportunidades.gov.pt www.dren.min-edu.pt www.dgfv.min-edu.pt http://www.drec.min-edu.pt/ciep/default.asp#none http://www.dgidc.min-edu.pt/orientacao/cenor/versao_net_orientarte/cd_ofertas_formativas/cd_dgidc_dev5_f_web.html	http://www.catalogo.anq.gov.pt/Paginas/Inicio.asp x www.dgefp.mtd.gov.pt/estudos_emprego2.htm http://www.edusurfa.pt/edusurfa.asp www.edsurfa.pt/profissoes.asp http://aeiou.guiadoestudante.pt www.clix.guiadoestudante.pt http://clix.expressoemprego.pt/scripts/idexpage.asp?headingID=2142	www.projectolabirinto.org http://juventude.gov.pt/portal/ http://cdp.portodigital.pt/
ENSINO SUPERIOR	PROGRAMAS INTERNACIONAIS	OUTROS LINKS QUE CONSIDERES INTERESSANTES
http://www.pedagogicosensinosuperior.pt/pedagogico http://www.exames.org/ http://www.educacao.te.pt/ http://www.dges.mctes.pt/DGES/PT	http://europa.eu/youth/ http://europa.eu.int/ploteus/portal/home.jsp http://www.euodesk.org/edesk/Welcome.do http://eurydice.org/portal/page/portal/Eurydice http://www.socleo.pt/	



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!



GMOE

Folha de Presenças

Ano/Turma: 10º 1

Nome do aluno	1º Sessão __/__/__	2º Sessão __/__/__	Acompanhamento Personalizado __/__/__	Divulgação dos resultados __/__/__
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28. R				
29.				



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!



GMOE

Folha de Presenças

Ano/Turma: 10º 2

Nome do aluno	1º Sessão ____/____/____	2º Sessão ____/____/____	Acompanhamento Personalizado ____/____/____	Divulgação dos resultados ____/____/____
1. Ana Silva				
2. Ângela Sousa				
3. António Ribeiro				
4. António Pinto				
5. Bárbara Marques				
6. Bárbara Rodrigues				
7. Beatriz Rodrigues				
8. Bruno Dias				
9. Bruno Queirós				
10. Carla Dores				
11. Daniel Marques				
12. Francisco Marques				
13. Gustavo Rocha				
14. Helena Silva				
15. Ivo Cardoso				
16. José Guimarães				
17. José Pinheiro				
18. José Rodrigues				
19. Luís Santos				
20. Margarida Barbosa				
21. Marta Gomes				
22. Miguel Oliveira				
23. Nádia Oliveira				
24. Robert Szabo				



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!



GMOE

Folha de Presenças

Ano/Turma: 10º 3

Nome do aluno	1º Sessão _/_/_	2º Sessão _/_/_	Acompanhamento Personalizado _/_/_	Divulgação dos resultados _/_/_
1. Alzira Marques				
2. Ângela Costa				
3. Bruno Lopes				
4. Bruno Marinho				
5. Bruno Ferreira				
6. Bruno Silva				
7. Bruno Barros				
8. Cláudio Cruz				
9. Diana Fernandes				
10. Eduarda Silva				
11. Fábio Oliveira				
12. Francisco Rodrigues				
13. Hélder Rodrigues				
14. Hugo Machado				
15. João Araújo				
16. Jorge Duarte				
17. José Veloso				
18. Luís Azevedo				
19. Maria Silva				
20. Miguel Coelho				
21. Nuno Antunes				
22. Rodolfo Moura				
23. Rui Lopes				



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!



GMOE

Folha de Presenças

Ano/Turma: 11º 1

Nome do aluno	1º sessão __/__/__	Acompanhamento Personalizado __/__/__	Divulgação dos resultados __/__/__
1. Adriana Gomes			
2. Ana Moreira			
3. Ana Rita Gomes			
4. António Ferros			
5. Bárbara Correia			
6. Bernardo Alves			
7. Bruna Machado			
8. Carlos Ferreira			
9. Daniel Magalhães			
10. Débora Faria			
11. Eduardo Leite			
12. Fábio Neiva			
13. Fábio Oliveira			
14. Fernando Silva			
15. Francisco Abreu			
16. Francisco Ferreira			
17. Inês Silva			
18. João Quinteiro			
19. José Faria			
20. José Duarte			
21. José Oliveira			
22. M ^a Carolina Soares			
23. Ricardo Pereira			
24. Rui Duro			



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!



GMOE

Folha de Presenças

Ano/Turma: 11º 2

Nome do aluno	1º Sessão ____/____/____	Acompanhamento Personalizado ____/____/____	Divulgação dos resultados ____/____/____
1. Adriana Margarida M. Gomes			
2. Ana Assunção F. Moreira			
3. Ana Rita F. Gomes			
4. António Pedro S. Ferros			
5. Barbara Pinto Correia			
6. Bernardo José B. Alves			
7. Bruna Filipa C. Machado			
8. Carlos Miguel O. Ferreira			
9. Daniel Teixeira Magalhães			
10. Debora Alexandra S. Faria			
11. Eduardo Leonel S. Leite			
12. Fábio Alexandre L. Neiva			
13. Fábio Alexandre S. Oliveira			
14. Fernando António S. Silva			
15. Francisco Infante Abreu			
16. Francisco Manuel D. Ferreira			
17. Inês Guimarães Silva			
18. João Manuel D. Quinteiro			
19. José Carlos N. Faria			
20. José Miguel S. Duarte			
21. José Paulo M. Oliveira			
22. Maria Carolina M. Soares			
23. Ricardo Manuel F. Pereira			
24) Rui Miguel B. P. Duro			



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!



GMOE

Folha de Presenças

Ano/Turma: 12º 1

Nome do aluno	1º Sessão __/__/__	Acompanhamento Personalizado __/__/__	Divulgação dos resultados __/__/__
1. Ariana Oliveira			
2. Alicia Rodrigues			
3. Ana Quintela			
4. Ana Braga			
5. André Fernandes			
6. Artur Queirós			
7. Bruna Cruz			
8. Carla Pereira			
9. Diogo Costa			
10. Gabriel Vieira			
11. Gabriela Ribeiro			
12. Hélder Machado			
13. João Ferreira			
14. José Brandão			
15. José Eirinha			
16. Juliana Silva			
17. Laura Fernandes			
18. Luís Miguel			
19. Marco Fernandes			
20. Maria Pereira			
21. Nelson Rodrigues			
22. Nelson Carvalho			
23. Paulo Freitas			
24. Renata Fernandes			
25. Ricardo Coelho			
26. Sara Costa			
27. Susana Almeida			
28. Tiago Fernandes			
29. Vladyslav Kozachenko			



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!



GMOE

Folha de Presenças

Ano/Turma: 12º 2

Nome do aluno	1º Sessão __/__/__	Acompanhamento Personalizado __/__/__	Divulgação dos resultados __/__/__
1. Ana Margarida F. Costa			
2. Ana Margarida G. Ferreira			
3. Ana Raquel B. Costa			
4. Andreia Filipa C. Oliveira			
5. Barbara Sofia F. Gomes			
6. Cátia Sofia B. Rodrigues			
7. Filipa Araújo Pereira			
8. Joana Filipa S. C. Amaro			
9. Marco António C. Rocha			
10. Patricia Daniela S. Santos			
11. Rui Miguel M. Silva			
12. Tiago Rafael F. Correia			



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!



GMOE

Folha de Presenças

Ano/Turma: 12º 3

Nome do aluno	1ª Sessão ____/____/____	Acompanhamento Personalizado ____/____/____	Divulgação dos resultados ____/____/____
1. Alexandre Pereira			
2. Ana Sousa			
3. Ana Marques			
4. Ana Vieira			
5. Bruno Ferreira			
6. Hélder Garcia			
7. João Marques			
8. João Silva			
9. João Bogas			
10. João Gomes			
11. Manuel Lopes			
12. Marco André Sousa			
13. Marco António Sousa			
14. Marisa Francisco			
15. Nuno Monteiro			
16. Nuno Silva			
17. Onofre Tomás			
18. Pedro Sá			
19. Rui Jorge Prata			

INFORMAÇÃO PESSOAL

Carlos Rodrigues

45, Rua do Monte, 5400 Chaves (Portugal)

+351 211234567 +351 912345678

c.rodrigues@sal.pt

Google Talk carlos.rodrigues

Sexo Masculino | Nacionalidade Portugal

POSTO DE TRABALHO A QUE SE CANDIDATA

Padeiro e pasteleiro

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

Março 1992 - Novembro 2012

Sócio – Gerente

Sópão, Lda – 34, Rua da Selva, P- 5400 Chaves

Gerente e responsável pela pastelaria, panificação e gelataria

Novembro 1983 - Fevereiro 1992

Padeiro e Pasteleiro

Panification du Rhône – 127, Avenue de la Paix , Besançon (França)

- confeccionar bolos

- pão e outros produtos alimentares de pastelaria e padaria por processos manuais e mecânicos

Junho 1980 - Outubro 1983

Aprendiz de Pasteleiro

Pâtisserie Bijou – 14, Avenue Charles de Gaulle , Besançon (França)

Ajudar na confecção de bolos e outros produtos alimentares de pastelaria

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

Setembro 1977 - Junho 1979

Pasteleiro – Chocolateiro – Geladeiro

Escola de Formação Profissional de Besançon (França)

- organização do serviço de pastelaria e padaria

- tecnologia das matérias-primas e dos produtos de pastelaria e padaria

- receitas de doçaria, de pastelaria e de padaria

- técnicas de confecção de produtos de pastelaria, de confeitaria, de geladaria e de padaria

- técnicas decorativas em pastelaria e em panificação

COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna

Português

Outras línguas

	COMPREENDER		FALAR		ESCREVER
	Compreensão oral	Leitura	Interacção oral	Produção oral	
Francês	C1	C1	C2	C2	C1
Inglês	A2	A2	A2	A2	A2

Níveis: A1/2: Utilizador básico - B1/2 utilizador independente - C1/2: utilizador avançado

[Quadro Europeu Comum de Referência para as Línguas](http://europass.cedefop.europa.eu)

Competências de organização

- responsável pela organização de concursos de pescas: contacto com outros clubes

Competências informáticas Informática na óptica do utilizador e informática aplicada à restauração (serviço de pastelaria/padaria)

Outras competências - músico (clarinete) nos Bombeiros Voluntários de Chaves
- praticante de canoagem

Carta de Condução B

INFORMAÇÃO ADICIONAL

Filiações - Membro da Assembleia Geral do Clube de Pesca Desportiva de Chaves
- Membro dos Bombeiros Voluntários de Chaves
- Membro da Assembleia Geral do Clube de Pesca Desportiva de Chaves

Referências - Presidente da Câmara de Vila Real – Dr^a Suzete Duarte – Tel.: +351 23 45 67 90
- Hotel do Rio em Chaves – Sr. Afonso Pires – Tel.: +351 456 78 90 12

Seminários Participação em Feiras anuais, comerciais e industriais no distrito de Vila Real

INFORMAÇÃO PESSOAL

Rita Isabel Coelho da Silva

 Rua do Sol Nascente 12 – 1º Direito, 2820-320 Charneca da Caparica (Portugal)

 ++351 212956452  ++351 919191919 

 isabelsilva@gmail.com

Sexo Feminino | Data de nascimento 03 de Abril 1967 | Nacionalidade Portuguesa

POSTO DE TRABALHO A QUE SE CANDIDATA

Recursos Humanos

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

02 de Abril 2010 – Presente

Recursos Humanos

RH Enterprise, Lisboa (Portugal)

Gestão de Recursos Humanos da empresa;
Gestão das férias e licenças dos trabalhadores;
Contratação de trabalhadores;
Relação direta com clientes

05 de Outubro 2007 – 10 de Junho 2009

Assistente de Recursos Humanos

Mafrá RH, Mafrá (Portugal)

Elaboração de contratos;
Entrevistas de recrutamento (com avaliação de testes psicotécnicos)

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

06 de Outubro 2012 – Presente

Mestrado em Política Laboral

Nível 7 QRQ

Universidade Aberta, Lisboa (Portugal)

07 de Outubro 2007 – 05 de Junho 2010

Licenciatura em Recursos Humanos

Nível 6 QRQ

Universidade Nova de Lisboa, Lisboa (Portugal)

COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna português

Outras línguas

	COMPREENDER		FALAR		ESCREVER
	Compreensão oral	Leitura	Interacção oral	Produção oral	
inglês	B1	B1	C2	C1	C2
	Diploma - Cambridge School				
espanhol	A2	A2	A1	A1	A2
	Diploma - Instituto de Espanhol				
alemão	C1	C1	B2	B2	C2
	Diploma - Goeth Institute				

Níveis: A1/A2: Utilizador básico - B1/B2: utilizador independente - C1/C2: utilizador avançado
[Quadro Europeu Comum de Referência para as Línguas](#)

Competências de comunicação	Espírito de equipa e capacidade de comunicação adquiridas através de experiência profissional - Atendimento ao público; Disponibilidade para viajar
Competências de organização	Capacidade de trabalho em equipa adquirida através de experiência profissional na área de Recursos Humanos; Sentido de organização adquiridas nas tarefas desempenhadas em trabalhos de registo e arquivo; Capacidade de negociação, resolução de conflitos e tomada de decisões.
Competências informáticas	Conhecimento do <i>software</i> Office na óptica do utilizador (word, excel, access) Conhecimento básico de aplicações gráficas (PowerPoint e Autocad); Conhecimento avançado do software de facturação (Hansa); Utilização de internet como ferramenta de comunicação, investigação e pesquisa.
Carta de Condução	A2, B

documento(s) mencionado(s)

INFORMAÇÃO ADICIONAL

Seminários	Participação no Seminário "A importância dos Recursos Humanos na sociedade atual";
Conferências	"Workshop sobre Gestão de Conflitos"



**Vamos embarcar numa viagem...
ao futuro das profissões!**

Gabinete de Mediação e Orientação Escolar - GMOE
Sónia Dias
Bruna Rodrigues

Índice

- Candidatura ao ensino superior
 - Quem se pode candidatar
 - Para te candidatares...
 - Cálculo da nota de candidatura ao Ensino Superior
 - Cálculo da média do Ensino Secundário
 - Como realizar a candidatura
 - Processo de candidatura *online*
 - Alteração e anulação da candidatura
 - Resultados finais e sua divulgação
 - Reclamações, 2.ª e 3.ª fases
- Alternativas ao Ensino Superior
- Bolsa de Estudo e candidatura à mesma
- Curriculum Vitae

1. Candidatura ao Ensino Superior

1.1. Quem se pode candidatar?

Pode apresentar-se ao concurso o estudante que satisfaça cumulativamente as seguintes condições:

- Ser titular de um curso de ensino secundário ou de habilitação legalmente equivalente concluído;
- Fazer provas de avaliação da capacidade para a frequência do ensino superior (Maiores 23 anos).

1.2. Para te candidatares...o que precisas?

1 - Para a candidatura a cada par instituição/curso o estudante deve satisfazer, cumulativamente, as seguintes condições:

- Ter realizado (em 2013 e/ou 2014 e/ou realizar em 2015) as provas de ingresso (exames nacionais) fixadas para esse par instituição/curso a que pretende concorrer;
Prazos de inscrição exames finais (nacionais) do ensino secundário:
 - 1.ª fase: 9 a 20 de março
 - 2.ª fase: 13 a 15 de julho
- Ter obtido em cada uma das provas de ingresso fixadas para esse par instituição/curso a classificação mínima fixada pelo órgão legal e estatutariamente competente da instituição de ensino superior nos termos do artigo 25.º do Decreto-Lei n.º 296-A/98;
- Ter realizado e satisfeito em 2015 os pré-requisitos exigidos para ingresso na instituição/curso que pretendem concorrer em 2015/2016. Devendo inscrever-se para a realização dos mesmos nas datas e locais indicados.
- Ter obtido, na nota de candidatura, a classificação mínima fixada para esse par instituição/curso pelo órgão legal e estatutariamente competente da instituição de ensino superior nos termos do artigo 25.º do Decreto-Lei n.º 296-A/98.

2 - As condições para a candidatura são divulgadas na Internet no [portal da DGES](#).

1.3. Cálculo da nota de candidatura

1 - A nota de candidatura é uma classificação na escala de 0 a 200, calculada através da aplicação da seguinte fórmula, cujo resultado é arredondado às décimas, considerando como uma décima o valor não inferior a 0,05:

$$S \times ps + P \times pp$$

Se for exigida uma prova de ingresso:

$$14 \times 0,5 + 15 \times 0,5 = 14,5$$

Se forem exigidas duas provas de ingresso:

$$S \times ps + P1 \times pp1 + P2 \times pp2$$

Se forem exigidas três provas de ingresso:

$$S \times ps + P1 \times pp1 + P2 \times pp2 + P3 \times pp3$$

em que:
S = classificação do ensino secundário;
ps = peso atribuído pela instituição de ensino superior à classificação do ensino secundário;
P, P1, P2 e P3 = classificações, na escala inteira de 0 a 200, dos exames finais nacionais do ensino secundário correspondentes às provas de ingresso exigidas; pp, pp1, pp2 e pp3 = pesos atribuídos pela instituição de ensino superior às classificações das provas de ingresso.

(Diário de República, 2013)

1.3.1. Cálculo da classificação do ensino secundário

- Disciplinas que duram **três anos** e às quais se efetuam exame:

$$\text{Nota Final} = \frac{(\text{nota de } 10^{\text{º}}\text{ano} + 11^{\text{º}} + 12^{\text{º}})}{3} \times 0,7 + \text{Nota de exame} \times 0,3$$

- Disciplinas que duram **dois anos** e às quais se efetuam exame:

$$\text{Nota Final} = \frac{(\text{nota de } 10^{\text{º}}\text{ano} + 11^{\text{º}})}{2} \times 0,7 + \text{Nota de exame} \times 0,3$$

- Restantes disciplinas*:

$$\text{Nota Final} = \frac{(\text{soma das notas finais de cada ano})}{\text{n.º de anos de frequência da disciplina}}$$

*Para os alunos de 12.º, a disciplina de Educação Física ainda é considerada no cálculo da média do Ensino Secundário.
Para os alunos do 10.º e 11.º a referida disciplina já não considerada.

- Cálculo da **média final** do Ensino Secundário:

$$\text{Nota Final} = \frac{(\text{soma de todas as notas finais})}{\text{respetivo número de parcelas}}$$

1.3. Cálculo da nota de candidatura

2 - Nos cursos em que seja exigida a realização de um pré-requisito de seriação ou de seleção e seriação, a fórmula é:

 Se for exigida uma prova de ingresso:

$$S \times ps + P \times pp + R \times pr$$

 Se forem exigidas duas provas de ingresso:

$$S \times ps + P1 \times pp1 + P2 \times pp2 + R \times pr$$

em que:

R = classificação atribuída ao pré-requisito;

pr = peso atribuído pela instituição de ensino superior à classificação do pré-requisito.

3 - Todos os cálculos intermédios são efetuados sem arredondamento.

(Diário da República, 2013)

1.4. Como realizar a candidatura

1 - A candidatura ao concurso nacional de acesso é apresentada, exclusivamente, através do sistema *online*, no site da DGES.

2 - Para acesso ao sistema de candidatura *online*, os estudantes devem efetuar o pedido de atribuição de senha no site da DGES.

3 - A senha de acesso à candidatura *online* é válida apenas para o concurso nacional de acesso e para o respetivo ano (não sendo válida para outros anos).

4 - A candidatura consiste na indicação, no formulário de candidatura *online*, por ordem decrescente de preferência, dos pares instituição/curso para os quais o estudante dispõe das condições de candidatura e onde se pretende matricular e inscrever, até um máximo de seis opções diferentes.

5 - Os erros ou omissões cometidos no preenchimento do formulário de candidatura *online*, ou na instrução do processo de candidatura, são da exclusiva responsabilidade do candidato.

6 - Ter-se-ão como não inscritas, sem obrigatoriedade de notificação ou de comunicação expressa aos candidatos, as opções de candidatura que respeitem a pares instituição/curso para os quais o candidato não comprova:

 Ter realizado as respetivas provas de ingresso e nelas ter obtido a classificação mínima exigida;

 Ter obtido, na nota de candidatura, a classificação mínima exigida;

 Satisfazer os pré-requisitos, se exigidos.

(Diário da República, 2013)

1.5. Processo de candidatura online

1 - O estudante deve preencher o formulário de candidatura disponibilizado no site da DGES, «submiter» a candidatura e imprimir o respetivo relatório, o qual serve de recibo.

2 - Para a apresentação de candidatura, o candidato deve ser titular de:

 **Senha** de acesso à candidatura *online*;

 **Ficha ENES 2015 (ano candidatura)**, que constitui o documento comprovativo da titularidade do curso de ensino secundário e da respetiva classificação e das classificações obtidas nos exames finais nacionais do ensino secundário correspondentes às provas de ingresso exigidas para os pares instituição/curso a que concorre;

 Devem solicitar a emissão da respetiva **ficha ENES** na escola secundária onde realizarem os exames.

 **Ficha pré-requisitos 2015 (ano candidatura)**, que constitui o documento comprovativo da satisfação dos pré-requisitos que exigem a realização de provas de aptidão física, funcional ou vocacional, se necessários para os pares instituição/curso a que concorre.

3 - Os estudantes que apresentem a candidatura e que:

 Não pretendam **beneficiar dos contingentes especiais** e das **preferências regionais**; ou

 Pretendam beneficiar da preferência regional, ao abrigo da alínea c) do n.º 5 do artigo 18.º e essa situação estiver comprovada na ficha ENES 2015; devem **indicar no formulário de candidatura o código de ativação impresso na ficha ENES 2015** e, se necessário para os pares instituição/curso a que concorrem, o código de ativação impresso na ficha pré-requisitos 2015.

4 - Os estudantes que pretendam beneficiar dos contingentes especiais e das preferências regionais, quando as respetivas condições não sejam comprovadas na ficha ENES 2015, apresentam a candidatura *online* nos termos do número anterior, devendo entregar, num Gabinete de Acesso ao Ensino Superior, quando exigíveis, os documentos comprovativos de que satisfazem as condições que permitem beneficiar dos referidos contingentes e preferências, conforme referem os artigos 25.º a 29.º, acompanhados do recibo comprovativo da apresentação da candidatura *online*.

(Diário da República, 2013)

1.6. Alteração e anulação da candidatura

1 - O candidato pode alterar livremente as suas opções de candidatura até ao fim do prazo em que decorre a apresentação da mesma, sendo considerada apenas a última candidatura apresentada;

2 - Sempre que o resultado da reapreciação ou da reclamação de uma classificação de um exame final nacional do ensino secundário ou de outro elemento considerado no cálculo da nota de candidatura só seja conhecido **após o fim do prazo da candidatura**, e dele resulte uma alteração de classificação, é facultada, até **três dias úteis após a respetiva divulgação**:

 A apresentação da candidatura, aos candidatos que só então reúnam condições para o fazer;

 A alteração da candidatura, aos candidatos que já a haviam apresentado;

3 - A apresentação, alteração ou anulação da candidatura é efetuada *online*, efetuando as alterações através do preenchimento e submissão de novo formulário, onde é indicado o código de ativação da nova ficha ENES.

4 - Os candidatos podem proceder à anulação da candidatura até ao fim do prazo em que decorre a apresentação da mesma.

5 - A anulação da candidatura é solicitada no sistema de candidatura *online*.

6 - Findo o prazo de candidatura, não é facultada a alteração ou anulação de opções, salvo nos termos do n.º 2.

(Diário da República, 2013)

1.7. Resultados finais e sua divulgação

1 - O resultado final do concurso exprime-se através de uma das seguintes situações:

 Colocado (par instituição/curso);

 Não colocado;

 Excluído da candidatura.

2 - O resultado final é tornado público através de lista divulgada no site da DGES.

 Após a divulgação dos resultados, e se colocado, o aluno deverá proceder à matrícula na instituição onde foi colocado dentro dos prazos estabelecidos para o efeito, uma vez que se não o fizer, a vaga passará para a fase seguinte.

(Diário da República, 2013)

1.8. Reclamações e 2.ª e 3.ª fases

1 - Do resultado final do concurso podem os candidatos apresentar reclamação fundamentada, no prazo fixado por despacho do diretor-geral do Ensino Superior.

2 - A reclamação deve ser apresentada em impresso de modelo próprio disponível no site da DGES e dirigida ao diretor-geral do Ensino Superior.

À 2.ª fase do concurso podem apresentar-se:

- Os candidatos à 1.ª fase não colocados;
- Os candidatos colocados na 1.ª fase, com aplicação do disposto no artigo 46.º;
- Os candidatos que, embora colocados na 1.ª fase, não procederam à respetiva matrícula e inscrição;
- Os estudantes que, embora reunindo condições de candidatura no prazo de apresentação das candidaturas da 1.ª fase, a não apresentaram;
- Os estudantes que só reuniram as condições de candidatura após o fim do prazo de apresentação das candidaturas da 1.ª fase.

Na 3.ª fase o procedimento é idêntico às fases anteriores, no entanto há um único contingente e não são aplicados os regimes preferenciais.

(Diário da República, 2013)

2. Alternativas ao Ensino Superior

🌟 Mercado de trabalho

🌟 Curso de Especialização Tecnológica (CET) (Em Universidades ou Politécnicos, ou através do IIEFP – Instituto do Emprego e Formação Profissional).



Cursos de Especialização Tecnológica: O que são?

O Curso de Especialização Tecnológica (CET) é uma formação pós-secundária **não superior**. Este tipo de qualificação profissional é obtido através da conjugação de uma formação secundária, geral ou profissional, com uma formação técnica pós-secundária, e caracteriza-se por:

- 🌟 Ser uma formação técnica de alto nível;
- 🌟 Resultar numa qualificação que inclui conhecimentos e capacidades de nível superior;
- 🌟 Não exigir, em geral, o domínio dos fundamentos científicos das diferentes áreas em causa.

Adquirir capacidades e conhecimentos que permitam, através deles assumir, de forma geralmente autónoma ou de forma independente, responsabilidades de conceção e ou de direção ou de gestão.

À conclusão de um CET com aprovação em todas as unidades de formação é atribuído um Diploma de Especialização Tecnológica (DET).

O DET é conferido a um formando que realizou um plano de formação com um número de créditos compreendido entre 60 e 90 ECTS, cuja duração global corresponde ao número de ECTS ([Decreto-Lei n.º 42/2005](#), de 22 Fevereiro).

3. Bolsa de estudo e candidatura à mesma

🌟 Quem se pode candidatar à bolsa?

Os estudantes inscritos:

- 🌟 Em Cursos de Especialização Tecnológica (CET);
- 🌟 Em Cursos de Licenciatura;
- 🌟 Em Cursos de Mestrado Integrado;
- 🌟 Em Cursos de Mestrado.

3. Bolsa de estudo e candidatura à mesma

🌟 Qual o prazo para apresentar candidatura à bolsa de estudo?

A candidatura à atribuição de uma bolsa de estudo deve ser submetida:

- 🌟 Entre 25 de junho e 30 de setembro;
- 🌟 Nos 20 dias úteis subsequentes à inscrição, quando esta ocorra após 30 de setembro;
- 🌟 Nos 20 dias úteis subsequentes à emissão de comprovativo de início de estágio por parte da entidade promotora no caso de licenciados ou mestres que estejam a realizar estágio profissional.
- 🌟 Pode ainda ser submetida entre 1 de outubro e 31 de maio, sendo que, nesse caso, o valor da bolsa de estudo a atribuir é proporcional ao valor calculado para um ano, considerando o período que medeia entre o mês seguinte ao da submissão do requerimento e o fim do período letivo ou do estágio.

3. Bolsa de estudo e candidatura à mesma

🌟 Quais os documentos necessários para apresentar a minha candidatura à atribuição de bolsa de estudos?

Para preencher o formulário de candidatura a bolsa de estudo, necessita ter consigo os seguintes documentos referentes a todos os elementos do seu agregado familiar:

- 🌟 Cartão de cidadão ou, em alternativa:
 - Cartão de contribuinte para dispor do número de contribuinte (NIF)
 - Cartão de beneficiário da Segurança Social para dispor do número da Segurança Social (NISS)
 - (do candidato e de todos os membros do agregado familiar)
- 🌟 Declaração do IRS do ano transato (caso tenha entregue declaração)
- 🌟 Declaração do Imposto Municipal sobre Imóveis (IMI) ou a caderneta Predial de todos os imóveis de que sejam proprietários
- 🌟 Extratos das contas bancárias, à ordem e a prazo, com a situação referente até 31 de dezembro do ano transato e valor dos restantes bens móveis (certificados de aforro, ações, obrigações, planos poupança-reforma, etc).

Deverá ainda ter o número da conta bancária através da qual pretende receber a bolsa de estudo caso lhe seja atribuída (NIB: número de identificação bancária)

<http://www.dges.mctes.pt/>

4. Curriculum Vitae

The image shows a screenshot of the Europass Curriculum Vitae form. The left column contains the 'Personal Information' section, including fields for Name, Surname, Date of Birth, Place of Birth, Nationality, and Contact Information. The right column contains the 'Education' section, with fields for Level of Education, Field of Study, and Institution. The form is presented in a two-column layout with a light blue header and a light green background.

<http://europass.cedefop.europa.eu/pt/documents/curriculum-vitae>

Toda a bibliografia
utilizada para esta
apresentação
encontra-se na folha
que levas para casa ;)

FIM

Obrigada pela atenção 😊



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!



GMOE

ENFERMEIRO (A)

FARMACÊUTICO (A)

MÉDICO (A)



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE



MÉDICO (A) VETERINÁRIO (A)

PSICÓLOGO (A)

ADVOGADO (A)



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE



SECRETÁRIO (A)

ESTLISTA

CABELEIREIRO (A)



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE

ESTETICISTA



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE

JORNALISTA

JUÍZ (A)



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE



CIENTISTA

ASSISTENTE SOCIAL

ARQUITETO (A)



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE



ENGENHEIRO (A) AGRÍCOLA

MODELO

ASTRONAUTA



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE



ENGENHARIA INFORMÁTICA

BAILARINO (A)

CHEF DE COZINHA



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE

MILITAR

PROFESSOR (A)

POLÍCIA



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE

BOMBEIRO (A)

CONTABILISTA

ECONOMISTA



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

GMOE

GESTOR (A)

ENGENHEIRO (A) MECÂNICA

ENGENHEIRO (A) CIVIL



AS PROFISSÕES

Há muitas áreas de atividade e diferentes profissões em cada uma delas. Nessas áreas realizam-se muitas atividades, em vários locais e utilizam-se diferentes equipamentos e materiais.

Faz uma pesquisa e regista as 2 profissões que podem fazer parte dos teus projetos futuros.

Actividades/Tarefas	Locais de trabalho	Características pessoais necessárias
	Profissão	Formação necessária
	Salário	Perspectivas de futuro

Actividades/Tarefas	Locais de trabalho	Características pessoais necessárias
	Profissão	Formação necessária
	Salário	Perspectivas de futuro

Programa de Orientação Vocacional Ensino Secundário

Vamos embarcar numa viagem...
ao futuro das profissões!



Programa realizado
no âmbito do Estágio Curricular,
na Universidade Católica Portuguesa.

Ana Luísa Faria
Bruna Rodrigues
Rosa Araújo

Ano letivo 2014/2015



Índice

Ficha técnica do programa <i>Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!</i>.....	3
Objetivos gerais.....	3
Intervenientes.....	4
Número de sessões	4
Frequência.....	4
Início e fim do programa.....	5
 Fundamentação teórica.....	 6
 Apresentação das sessões com os alunos	
<u>10 ano – Conheces-te?</u>	
Sessão 1 <i>Apresento-me, conheço e exploro</i>	9
Sessão 2 <i>Esclareço as minhas dúvidas</i>	11
<u>11 ano – Vem explorar o mundo das profissões</u>	
Sessão 1 <i>As minhas dúvidas</i>	14
<u>12 ano – Já estás orientado?</u>	
Sessão 1 <i>As minhas dúvidas</i>	14
 Apresentação das sessões com os alunos que solicitem acompanhamento individual	
.....	21
Sessão 1 <i>Quero descobrir ainda mais</i>	22
Sessão 2 <i>Hoje vou descobrir do que sou capaz</i>	24
 Apresentação das sessões com os pais.....	25
Sessão 1 <i>Apresentações</i>	26
Sessão 2 <i>Como está a correr a viagem?</i>	28
 Lista de anexos.....	30
 Referências Bibliográficas.....	31



FICHA TÉCNICA: “Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!”

Objetivos gerais

De uma forma geral, o programa compromete-se a auxiliar os alunos no desenvolvimento de competências, orientação e interesses pessoais e profissionais.



Objetivos para os alunos do 10.º ano:

- Promover nos alunos uma orientação para o mundo do trabalho, nomeadamente a aquisição de hábitos e atitudes conscientes;
- Promover aos alunos uma exploração ativa relativamente ao seu percurso vocacional, nomeadamente cursos, instituições e profissões;
- Promover a capacidade de perspetivar o futuro.



Objetivos para os alunos do 11.º ano:

- Promoção da exploração ativa relativamente ao seu percurso vocacional;
- Esclarecimento de dúvidas relacionadas com o ingresso no ensino superior, designadamente o cálculo da média e outros pormenores inerentes a este processo.



Objetivos para os alunos do 12.º ano:

- Promoção da exploração ativa relativamente ao seu percurso vocacional;
- Esclarecimento de dúvidas relacionadas com o ingresso no ensino superior, designadamente o cálculo da média e outros pormenores inerentes a este processo.

Finalmente, pretende-se o envolvimento dos pais e encarregados de educação, de uma forma direta e indireta, isto é, será realizada uma primeira sessão onde se objetiva a apresentação do programa e o esclarecimento de dúvidas relativas ao mesmo.

Adicionalmente, ambiciona-se a sensibilização para a importância da família no processo de orientação vocacional e na subsequente tomada de decisão. Esta sensibilização baseia-se nos pressupostos de que a os projetos humanos ocorrem num contexto de ações e relações inerentes ao sujeito, (Bronfenbrenner, 1986, cit. in



Gonçalves & Coimbra, 2007), atendendo à influência direta ou indireta do contexto familiar nas trajetórias vocacionais dos alunos, quer esta se concretize por ações explícitas ou implícitas no quotidiano no contexto familiar (Campos, 1992).

Intervenientes



Alunos do ensino secundário;



Pais e encarregados de educação destes alunos.

Número de sessões



Alunos do ensino secundário:

- **10.º ano de escolaridade:** 2 sessões em grupo (com duração de cerca de 90 minutos);
- **11.º ano de escolaridade:** 1 sessão em grupo (com duração de cerca de 90 minutos);
- **12.º ano de escolaridade:** 1 sessão em grupo (com duração de cerca de 90 minutos);
- **Todos os alunos do ensino secundário:** sessão/sessões individuais com os alunos que solicitem.



Pais e encarregados de educação dos alunos do ensino secundário (com duração de cerca de 60 minutos) sessão de divulgação do programa.

Frequência



Alunos do ensino secundário:

- 10.º ano de escolaridade: pontual
- 11.º ano de escolaridade: pontual
- 12.º ano de escolaridade: pontual



Pais e encarregados de educação dos alunos do ensino secundário (com duração de cerca de 60 minutos):

- Pontualmente – no início do programa

Início e fim





Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!



Sessões com alunos do ensino secundário:

10.º ano de escolaridade:

- Início: 7 de abril de 2015
- Fim: 16 de abril de 2015

11.º ano de escolaridade:

- Início: 7 de abril de 2015
- Fim: 9 de abril de 2015

12.º ano de escolaridade:

- Início: 7 de abril de 2015
- Fim: 13 de abril de 2015

★ Todos os alunos do ensino secundário: entre 20 a 24 de abril de 2015, as Psicólogas estarão disponíveis para o atendimento individual com os alunos interessados no mesmo.



Sessões com os pais e encarregados de educação:

- Sessão 1: a definir
- Sessão 2: a definir



Fundamentação teórica/ pertinência

Segundo os autores Silva, Noce e Andrade (2003), existem vários tipos de benefícios na intervenção de um profissional da psicologia da educação no decurso do processo de orientação vocacional dos jovens adolescentes. Por ser uma fase desenvolvimental repleta de momentos de (in)decisão, pela influência de várias variáveis, como por exemplo as características do género, fatores biológicos, familiares, amizades, o rendimento académico, entre outros, os alunos são por diversas ocasiões impossibilitados de tomar as suas decisões vocacionais.

Na construção de carreira é necessário uma autorreflexão que permite aos indivíduos produzirem significados e orientarem o seu comportamento de uma forma proactiva e não apenas como uma mera reação a estímulos ambientais (Silva, Taveira, & Ribeiro, 2011).

Uma das perspetivas teóricas que caracteriza o ciclo da vida é a desenvolvimentista. Uma das teorias clássicas mais consistente é a teoria de Super (1963, 1980, 1984, 1990, cit. in Júlio, 2013). Este autor afirma que o desenvolvimento vocacional pode ser encarado como um processo do ciclo de vida no qual sucessivos períodos de exploração podem ocorrer (miniciclos) à medida que as pessoas efetuam transições de um para outro estágio de desenvolvimento. Nesta nova perspetiva, as idades das transições vocacionais são flexíveis e cada transição permite a possibilidade de envolvimento em todos os estádios (miniciclos). Ou seja, apesar de ser possível identificar um maxi-ciclo através do qual muitas pessoas progridem, existem casos em que os indivíduos nunca param de explorar (Rafael, 2001).

Em 1980 Super (cit. in Silva, 2010) apresenta um modelo de múltiplos papéis de carreira, representado num “arco-íris”, a partir do qual se enfatiza a importância dos determinantes biológicos, psicológicos e sociais do desenvolvimento vocacional. A carreira deixa de ser concebida apenas como uma preparação para o desempenho de papéis profissionais e passa a designar a multiplicidade e saliência de papéis desempenhados (reais ou imaginados) ao longo de todo o ciclo de vida, bem como a sua inter-relação (Silva, 2010).

Ao operacionalizar o conceito carreira como uma sequência de fases, simultaneamente, também se está a revelar todo um conjunto de papéis em que as



peças se envolvem, bem como os contextos onde estes papéis se desenrolam (Rafael 2001).

Segundo Azevedo e Faria (2005) os alunos do ensino secundário devem beneficiar de programas de apoio de forma a promover hétero-conhecimento e o autoconhecimento bem como o autoconceito. Será necessário permitir explorarem e conhecer os vários contextos universitários e/ou profissionais que o próprio poderá usar no seu processo de escolha vocacional. Nestas intervenções devem estar ainda contempladas estratégias de *coping* que possam preparar os jovens para lidar eficazmente com possíveis situações de ansiedade e *stress* características do processo de transição para o ensino superior ou profissional.

Kromboltz (2009) reforça esta visão referindo que mais que nunca os jovens do mundo atual, pela evolução das novas tecnologias têm o processo de construção da sua carreira facilitado podendo e devendo ter um papel de participação pessoal mais ativo. Refere ainda que há quatro pontos essenciais que servem de guia e que os profissionais devem considerar no processo de decisão de carreira: auxiliar os adolescentes a desenvolver projetos de vida e carreira que lhes possam proporcionar satisfação pessoal ao invés de se focarem exclusivamente na decisão vocacional que se mostra insuficiente para colmatar as necessidades dos jovens em fases de transição; as avaliações psicológicas devem ser usadas pelos próprios jovens como instrumentos que possam promover o autoconhecimento em detrimento da tentativa de ajustamento entre as características pessoais e o que são as exigências da profissão; ao envolver os adolescentes no processo de exploração vai permitir prepara-los desde cedo para serem autorregulados e autoeficazes em particular perante acontecimentos inesperados de vida profissional; e por fim, verificar a autoconfiança, perspicácia, motivação e a autonomia do jovem ao longo do processo pode ser forma de avaliar o decurso de aconselhamento de carreira e o seu sucesso académico e de carreira.

O processo de orientação e aconselhamento vocacional necessita, desta forma, de todo um trabalho que pode envolver o estabelecimento de vários contactos com instituições, entrevistas formais ou informais, visitas e observação de profissões, ou a outros recursos que possam eventualmente mostrar-se úteis para o ajudar a clarificar as dúvidas que possam existir ou possibilitar a abertura a novas visões do mundo do trabalho ou das profissões Kromboltz (2009).



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

Assim, poderá considerar-se que a pertinência do presente programa, está relacionada com os benefícios da intervenção profissional no processo de orientação vocacional, atendendo ao facto de esta fase desenvolvimental, a adolescência, ser repleta de momentos de tomada de decisão, onde o aluno poderá sentir ansiedade sobre as decisões que tem de tomar neste processo, visto que é uma escolha que poderá abarcar desde os interesses do aluno, os seus medos, as expetativas da família, ao próprio mercado de trabalho (Silva, Noce & Andrade, 2003). Pretende-se também, cumprir alguns dos objetivos do projeto TEIA, ao referentes à realização de sessões de (in)formação e esclarecimento sobre Orientação Escolar e Profissional (OEP) para os alunos do secundário, 10º, 11º e 12º anos, mediante necessidades apresentadas e a realização de sessões de esclarecimento sobre Orientação Escolar e Profissional (OEP) para pais/encarregados de educação” (Agrupamento de Escolas de Maximinos, 2012/2013).



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

Apresentação das sessões com os alunos

10º ano – *Conheces-te?*





Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

Sessão 1: Apresento-me, conheço e exploro...

Data da sessão: 7 de abril de 2015

Objetivos específicos:

A presente sessão tem como objetivo a apresentação dos intervenientes e do programa. Pretende ainda o conhecimento dos alunos e dos seus interesses, bem como a promoção de competências de exploração ativa relativamente ao seu percurso vocacional e de conhecimentos sobre o mundo do trabalho, das profissões e do emprego (Taveira, 2004), nomeadamente de cursos e escolas.

Atividades a desenvolver:

-  Apresentação dos alunos e da Psicóloga – 20 min
-  Apresentação do programa e esclarecimento de dúvidas – 10 min
-  Preenchimento da ficha *Sobre mim* – 20 min
-  Promoção de competências de exploração ativa do percurso vocacional – 30 min

Intervenientes:

-  Alunos
-  Psicóloga

Materiais de apoio:

-  PowerPoint (Anexo I)
-  Ficha *Sobre mim* (Anexo II)
-  Ficha *Quadro de Pesquisa de Cursos* (Anexo III)
-  Onde podes procurar informação (Anexo IV)
-  Computadores com Internet
-  Datashow
-  Folha de presenças (anexo V)

Duração da sessão:

-  90 minutos



Procedimento:

A sessão terá lugar numa sala de informática, por esse motivo, os alunos estarão sentados na sala na disposição que a mesma apresentar. Após todos estarem devidamente sentados, a Psicóloga apresentar-se-á, dizendo o seu nome, idade e ocupação, explicando de seguida que cada aluno deverá fazer o mesmo. Poderá iniciar-se essa apresentação no primeiro aluno da fila de secretárias ou no último.

Posteriormente à apresentação dos intervenientes, a Psicóloga apresentará o programa recorrendo ao *PowerPoint* (Anexo I). De seguida, será solicitado aos alunos que preencham uma ficha de autoconhecimento (Anexo II), referindo que deverão refletir sobre as suas respostas e que dispõem de 20 minutos para entregarem a ficha.

Quando todos os alunos entregarem as fichas, será pedido que liguem os computadores. Enquanto estes o fazem, a Psicóloga distribui uma ficha com um quadro para preenchimento (Anexo III), sobre cursos, médias, universidades, entre outros temas, que promove a exploração ativa do percurso vocacional. Será explicado aos alunos que para realizarem a tarefa poderão utilizar *sites* como <http://www.dges.mctes.pt> ou das próprias universidades, para completar o quadro que consta na ficha distribuída, mas também poderão investigar alternativas a cursos no ensino superior como cursos de especialização tecnológica, por exemplo. Para isto, ser-lhes-á também entregue a ficha “Onde podes procurar informação” (Anexo IV). Esta atividade decorrerá até ao final da sessão, sendo solicitado aos alunos que continuem o preenchimento do quadro em casa e que na próxima sessão o tragam.

Por fim, será solicitado que os alunos assinem a folha de presenças (Anexo V).



Sessão 2: Esclareço as minhas dúvidas

Data da sessão: 13 de abril de 2015

Objetivos específicos:

Esta sessão compreende o esclarecimento de dúvidas relacionadas com as possibilidades após o ensino secundário, desde de a escolha do curso até às médias, bolsas de estudo, e outras componentes mais técnicas do ingresso no ensino superior, não descurando da possibilidade de os alunos não terem esse objetivo, deverão ser apresentadas alternativas. Ambiciona-se ainda a sensibilização para a importância da formação.

Atividades a desenvolver:

-  Exploração do *Curriculum Vitae* – 15 min
-  Apresentação em *PowerPoint*, onde constará informação sobre o cálculo da média, candidatura à bolsa, entre outros temas relacionados com o ingresso ao ensino superior e alternativas ao mesmo – 25 min
-  Cartões com profissões – 20 min
-  Dissolução de mitos sobre as profissões – 15 min
-  Visualização de um vídeo sobre a importância da formação – 5 min
-  Debate sobre o vídeo – 10 min

Intervenientes:

-  Alunos
-  Psicóloga

Materiais de apoio:

-  *Curriculum Vitae* exemplo (anexo VI)
-  Apresentação em *PowerPoint* (Anexo VII)
-  Cartões com profissões (Anexo VIII)
-  Vídeo sobre a importância da formação (Anexo IX)



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

-  Computador com Internet
-  Datashow
-  Folha de presenças (Anexo V)

Duração da sessão:

-  90 minutos

Procedimento:

A sessão terá lugar numa sala da escola. Posteriormente a todos estarem sentados, a sessão será iniciada. A primeira atividade será em seguimento da última atividade da sessão anterior, o quadro com informações sobre cursos (Anexo III), e será baseada no esclarecimento de dúvidas que os alunos tenham sobre os cursos que colocaram no quadro e o processo de entrar no ensino superior, designadamente como calcular as médias, candidatar à bolsa de estudo, a construção do *Curriculum Vitae* (Anexo VI) entre outros temas do interesse dos alunos. Para esclarecer estas dúvidas, as Psicóloga poderão utilizar uma apresentação *PowerPoint* (Anexo VII) e mesmo o *site* da Direção Geral do Ensino Superior (DGES) e do *Europass*.

Após o esclarecimento de dúvidas, será escrito no quadro profissões mais masculinas e profissões mais femininas. Será depois, entregue aos alunos cartões com várias profissões (Anexo VIII). A mediadora explicará que os alunos deverão, ordenadamente, colocar o seu cartão debaixo do título que consideram que mais se adequa. Quando todos os alunos tiverem colocado o cartão no quadro, as Psicóloga explicarão que não existem profissões direcionadas apenas para mulheres ou só para homens, as decisões vocacionais estão mais relacionadas com a personalidade, os interesses, a motivação, as competências da própria pessoa.

No final da sessão, caso haja tempo, será visualizado um vídeo (Anexo IX) sobre a importância da formação. Por fim, será solicitado que os alunos assinem a folha de presenças (Anexo V).



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

Apresentação das sessões com os alunos

11º ano – Vem explorar o mundo das profissões!





Sessão 1: As minhas dúvidas

Data da sessão: 7 de abril de 2015

Objetivos específicos:

A presente sessão tem como objetivo a apresentação dos intervenientes e do programa. Pretende ainda o conhecimento dos alunos e dos seus interesses, bem como a promoção de competências de exploração ativa relativamente ao seu percurso vocacional e de conhecimentos sobre o mundo do trabalho, das profissões e do emprego (Taveira, 2004), nomeadamente de cursos e escolas.

É ainda objetivo o esclarecimento de dúvidas relacionadas com as possibilidades após o ensino secundário, desde de a escolha do curso até às médias, bolsas de estudo, e outras componentes mais técnicas do ingresso no ensino superior, não descurando da possibilidade de os alunos não terem esse objetivo, deverão ser apresentadas alternativas. Ambicionando-se também a sensibilização para a importância da formação.

Atividades a desenvolver:

-  Apresentação dos alunos e da Psicóloga – 10 min
-  Apresentação de informação sobre o cálculo da média, candidatura à bolsa, entre outros temas relacionados com o ingresso ao ensino superior e alternativas ao mesmo, com recurso a *PowerPoint* – 20 min
-  Esclarecimento de dúvidas – 15 min
-  Exploração do *Curriculum Vitae* -10 min
-  Preenchimento da ficha *Sobre mim*– 20 min
-  Ficha *Onde podes procurar informação* – 5 min
-  Promoção de competências de exploração ativa do percurso vocacional – 10 min

Intervenientes:

-  Alunos
-  Psicóloga



Material de apoio:

-  Apresentação em PowerPoint (Anexo VII)
-  Curriculum Vitae (Anexo VI)
-  Ficha Sobre mim (Anexo II)
-  Ficha Onde podes procurar informação (Anexo IV)
-  Ficha Quadro de Pesquisa de Cursos (Anexo III)
-  Computadores com Internet
-  Datashow
-  Folha de presenças (Anexo V)

Duração da sessão:

-  90 minutos

Procedimento:

A sessão terá lugar numa sala de informática, por esse motivo, os alunos estarão sentados na sala na disposição que a mesma apresentar. Após todos estarem devidamente sentados, a Psicóloga apresentar-se-á, dizendo o seu nome, idade e ocupação, explicando de seguida que cada aluno deverá fazer o mesmo. Poderá iniciar-se essa apresentação no primeiro aluno da fila de secretárias ou no último.

Posteriormente à apresentação dos intervenientes, será realizada uma apresentação em PowerPoint (Anexo VII) com o intuito de esclarecer dúvidas que os alunos tenham sobre os cursos, o processo de entrar no ensino superior, designadamente como calcular as médias, candidatar à bolsa de estudo, a construção do Curriculum Vitae (Anexo VI) entre outros temas do interesse dos alunos. Os alunos serão incentivados a intervir na apresentação.

De seguida, será solicitado aos alunos que preencham uma ficha de autoconhecimento Sobre mim (Anexo II), referindo que deverão refletir sobre as suas respostas e que dispõem de 20 minutos para entregarem a ficha.

Quando todos os alunos entregarem as fichas, a Psicóloga entregará uma outra ficha Quadro de pesquisa de Cursos (anexo III), sobre cursos, médias, universidades, entre outros temas, que promove a exploração ativa do percurso vocacional. Será explicado aos alunos que deverão realizar esta tarefa em casa, e que poderão utilizar



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

Sites como <http://www.dges.mctes.pt> ou das próprias universidades, para completar o quadro que consta na ficha distribuída, mas também poderão investigar alternativas a cursos no ensino superior como cursos de especialização tecnológica, por exemplo. Neste sentido, a Psicóloga distribuirá ainda o documento *Onde podes procurar informação* (Anexo IV), onde os alunos encontrarão diversos sites nos quais poderão encontrar diversas informações relativas às ofertas escolares e formativas, ao ensino superior, às profissões, aos programas internacionais e à orientação vocacional. Em casa, poderão ainda acrescentar outros sites que considerem pertinentes.

Será ainda solicitado que os alunos assinem a folha de presenças (Anexo V). Por fim, a Psicóloga despedir-se-á e informará os alunos que poderão repetir o processo de Orientação Vocacional entre 20 e 24 de abril de 2015, reforçando que este acompanhamento se realizará em horário não letivo.



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

Apresentação das sessões com os alunos

12º ano – Já estás orientado?





Sessão 1: Apresento-me e exponho as minhas dúvidas

Data da sessão: a definir

Objetivos específicos:

A presente sessão tem como objetivo a apresentação dos intervenientes e do programa. Pretende ainda o conhecimento dos alunos e dos seus interesses, bem como a promoção de competências de exploração ativa relativamente ao seu percurso vocacional e de conhecimentos sobre o mundo do trabalho, das profissões e do emprego (Taveira, 2004), nomeadamente de cursos e escolas.

É ainda objetivo o esclarecimento de dúvidas relacionadas com as possibilidades após o ensino secundário, desde de a escolha do curso até às médias, bolsas de estudo, e outras componentes mais técnicas do ingresso no ensino superior, não descurando da possibilidade de os alunos não terem esse objetivo, deverão ser apresentadas alternativas. Ambicionando-se também a sensibilização para a importância da formação.

Atividades a desenvolver:

-  Apresentação dos alunos e da Psicóloga – 10 min
-  Apresentação de informação sobre o cálculo da média, candidatura à bolsa, entre outros temas relacionados com o ingresso ao ensino superior e alternativas ao mesmo, com recurso a *PowerPoint* – 20 min
-  Esclarecimento de dúvidas – 15 min
-  Exploração do *Curriculum Vitae* -20 min
-  Preenchimento da ficha *Sobre mim*– 20 min
-  Ficha *Onde podes procurar informação* – 5 min
-  Preenchimento da ficha *As profissões* – para casa

Intervenientes:

-  Alunos
-  Psicóloga



Material de apoio:

-  Apresentação em PowerPoint (Anexo VII)
-  Curriculum Vitae (Anexo VI)
-  Ficha Sobre mim (Anexo II)
-  Ficha Onde podes procurar informação (Anexo IV)
-  Ficha Quadro de Pesquisa de Cursos (Anexo III)
-  Ficha As Profissões (Anexo X)
-  Computadores com Internet
-  Datashow
-  Folha de presenças (Anexo V)

Duração da sessão:

-  90 minutos

Procedimento:

A sessão terá lugar numa sala de informática, por esse motivo, os alunos estarão sentados na sala na disposição que a mesma apresentar. Após todos estarem devidamente sentados, a Psicóloga apresentar-se-á, dizendo o seu nome, idade e ocupação, explicando de seguida que cada aluno deverá fazer o mesmo. Poderá iniciar-se essa apresentação no primeiro aluno da fila de secretárias ou no último.

Posteriormente à apresentação dos intervenientes, será realizada uma apresentação em PowerPoint (anexo VII) com o intuito de esclarecer dúvidas que os alunos tenham sobre os cursos, o processo de entrar no ensino superior, designadamente como calcular as médias, candidatar à bolsa de estudo, a construção do Curriculum Vitae (Anexo VI) entre outros temas do interesse dos alunos. Os alunos serão incentivados a intervir na apresentação.

De seguida, será solicitado aos alunos que preencham uma ficha de autoconhecimento Sobre mim (Anexo II), referindo que deverão refletir sobre as suas respostas e que dispõem de 20 minutos para entregarem a ficha.

Quando todos os alunos entregarem as fichas, a Psicóloga distribuirá uma outra ficha Quadro de Pesquisa de Cursos (Anexo III), sobre cursos, médias, universidades, entre outros temas, que promove a exploração ativa do percurso vocacional. Será



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

explicado aos alunos que deverão realizar esta tarefa em casa, e que poderão utilizar *sites* como <http://www.dges.mctes.pt> ou das próprias universidades, para completar o quadro que consta na ficha distribuída, mas também poderão investigar alternativas a cursos no ensino superior como cursos de especialização tecnológica, por exemplo. Por forma a auxiliar e orientar esta exploração, a Psicóloga distribuirá o documento *Onde podes procurar informação* (Anexo IV), onde os alunos encontrarão diversos *sites* nos quais poderão encontrar diversas informações relativas às ofertas escolares e formativas, ao ensino superior, às profissões, aos programas internacionais e à orientação vocacional. Em casa, poderão ainda acrescentar outros *sites* que considerem pertinentes.

Finalmente, a Psicóloga entregará a ficha *As profissões* (Anexo X) aos alunos, onde é pretendido que estes pesquisem e registem duas profissões que podem fazer parte dos seus projetos futuros. Nesta ficha os alunos deverão recolher informações como a formação necessária para a profissão ou os honorários da mesma. Será desejável que esta atividade seja realizada em casa.

Será ainda solicitado que os alunos assinem a folha de presenças (Anexo V). Por fim, a Psicóloga despedir-se-á e informará os alunos que poderão repetir o processo de Orientação Vocacional entre 20 e 24 de abril de 2015, reforçando que este acompanhamento se realizará em horário não letivo.



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

Apresentação das sessões com os alunos do Ensino Secundário que solicitem acompanhamento individual





Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

Sessão 1: Quero descobrir ainda mais!

Data da sessão: a definir

Objetivos específicos:

A presente pretende um maior conhecimento dos alunos e dos seus interesses, bem como a promoção de competências de exploração ativa relativamente ao seu percurso vocacional e de conhecimentos sobre o mundo do trabalho, das profissões e do emprego (Taveira, 2004), nomeadamente de cursos e escolas.

Atividades a desenvolver:

-  Realização da ficha *O valor dos valores* - 20 minutos
-  Aplicação do IPP (Cruz, 2001) – 35 minutos
-  Aplicação BPR (Almeida & Lemos, 2006) – 45 minutos

Intervenientes:

-  Alunos
-  Psicóloga

Materiais de apoio:

-  Instrumento: Interesses e Preferências Profissionais (Cruz, 2001) (Anexo XI)
-  Ficha *O valor dos valores!* (Anexo XII)
-  Instrumento: Bateria de Provas de Raciocínio (Almeida & Lemos, 2006) (Anexo XIII)
-  Folha de presenças (Anexo V)

Duração da sessão:

-  110 minutos

Procedimento:

A sessão terá lugar numa sala reservada para o efeito. Inicia-se a sessão com a apresentação da Psicóloga e dos alunos (até 5) que solicitaram acompanhamento



individual. De seguida, os alunos poderão explicar os motivos pelos quais sentiram necessidade de aprofundar o processo de Orientação Vocacional.

De seguida, realizar-se-á a aplicação do IPP (Anexo XI) instrumento que avalia os interesses dos alunos. Antes ainda de distribuir o documento pelos alunos, a Psicóloga procede à explicação do instrumento, mencionando o seu objetivo bem como a forma de resolução do mesmo. Deve referir que este é realizado de forma individual e que devem estar em silêncio absoluto durante a sua realização, de modo a que estejam o mais concentrado possível na sua realização bem como não incomodar os restantes colegas, para que não ocorram erros nas respostas. Ressalvasse ainda o fato de quando derem a prova por terminada deverão manter-se em silêncio até que todos terminem. Após a explicação são distribuídos e posteriormente respondidos por cada aluno.

Posteriormente, proceder-se à realização individual da ficha “ *O valor dos valores*” (Anexo XII), onde se pretende que os alunos identifiquem os seus valores e a importância que lhes atribuem. É importante que a psicóloga explique qual o objetivo inerente a esta ficha para que entendam o que lhes é solicitado. Quando todos terminarem a realização da ficha, serão identificados os principais valores dos alunos de modo a que se crie um momento de reflexão entre todos. É importante que esta reflexão auxilie os alunos a enquadrar os seus valores com as suas escolhas profissionais de modo a que consigam visualizar de forma realista o seu futuro profissional. Depois de todos os alunos terminarem o IPP (Anexo XI), será concedido aos alunos uma breve pausa, uma vez que esta sessão, ao contrário de todas as sessões do programa é constituída por 110 minutos. A pausa poderá ser cerca de 10 minutos.

Para terminar, a última atividade consiste na aplicação da BPR (Anexo XIII). Deve ser explicado aos alunos o seu objetivo e como deve ser realizada. Deve ser pedido então para se manterem em silêncio até ao final da sua realização, pois é essencial que estejam muito concentrados e não perturbem os colegas.

Por fim, será solicitado que os alunos assinem a folha de presenças (Anexo V) e será agendado com alunos o encontro para divulgação dos resultados.



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

2 sessão: *Hoje vou descobrir do que sou capaz!*

Data da sessão: a definir com os alunos, em horário não letivo

Objetivos específicos:

Esta sessão visa a divulgação dos resultados dos instrumentos IPP, O valor dos valores e BPR em pequenos grupos e, prevê ainda o esclarecimento de eventuais dúvidas que possam existir.

Atividades a desenvolver:

-  Divulgação e reflexão sobre os resultados dos testes aplicados – 40 minutos
-  Esclarecimento de dúvidas – 20 minutos

Intervenientes:

-  Alunos
-  Psicóloga

Materiais de apoio:

-  Relatórios com resultados da Orientação Vocacional;
-  Folha de presenças (Anexo V)

Duração da sessão:

-  60 minutos

Procedimento:

A sessão terá lugar numa sala destinada para o efeito. Após os cumprimentos iniciais, a Psicóloga começará por apresentar os resultados dos instrumentos aplicados, simultaneamente vão conversando com o aluno para saber se os estes correspondem ao esperado, se concordam com o que a Psicóloga está a sugerir, se auxiliaram a sua escolha, ou se já tomaram alguma decisão. De seguida, esclarecer-se-ão eventuais dúvidas que os alunos queiram ver clarificadas. Por fim, será solicitado que os alunos assinem a folha de presenças.



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

Apresentação das sessões com os Encarregados de Educação dos alunos do Ensino Secundário





Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

1 sessão: Apresentações

Data da sessão: a definir

Objetivos específicos:

Esta primeira sessão tem como objetivo dar a conhecer aos Pais e Encarregados de Educação o programa a aplicar e os intervenientes, bem como o esclarecimento de dúvidas.

Atividades a desenvolver:

-  Apresentação dos intervenientes e do programa – 30 minutos
-  Esclarecimento de dúvidas – 30 minutos

Intervenientes:

-  Pais e Encarregados de Educação
-  Psicóloga do Agrupamento
-  Psicólogas Estagiárias

Materiais de apoio:

-  Apresentação do programa em *PowerPoint* (Anexo XIV)
-  Folha de presenças para os Pais/EE (Anexo XV)
-  Material de multimédia
-  Computador

Duração da sessão:

-  60 minutos

Procedimento:

A sessão terá lugar na cantina da Escola Secundária de Maximinos, sede deste Agrupamento. Inicialmente, as Psicólogas apresentar-se-ão e explicarão o programa,



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!



apresentando os objetivos dos mesmos e as atividades a realizar (Anexo XIV). Finalizadas as apresentações, os Pais e Encarregados de Educação serão convidados a expor as suas dúvidas relativamente ao programa, mas também sobre questões como o ingresso no ensino superior, ou as alternativas ao mesmo. No final da sessão, será solicitado aos participantes que assinem a folha de presenças (Anexo XV).



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

2 sessão: *Como está a correr a viagem?*

Data da sessão: a definir

Objetivos específicos:

Esta sessão tem como objetivo recolher informações sobre a perceção dos pais e encarregados de educação relativamente à eficácia do programa. Pretende-se ainda esclarecer algumas dúvidas no que diz respeito ao caminho a seguir depois do Ensino Secundário.

Atividades a desenvolver:

-  Avaliação do programa pelas Psicólogas – 20 minutos
-  Esclarecimento de dúvidas sobre o prosseguimento de estudos – 20 minutos
-  Avaliação do programa pelos pais e encarregados de educação – 20 minutos

Intervenientes:

-  Pais e Encarregados de Educação
-  Psicóloga do Agrupamento
-  Psicólogas Estagiárias

Materiais de apoio:

-  Apresentação sobre o ingresso no ensino superior ou alternativas (PowerPoint) (Anexo XVI)
-  Folha de presenças (Anexo XV)
-  Computador
-  Materiais de multimédia

Duração da sessão:

-  60 minutos



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

Procedimento:

A presente sessão terá lugar na cantina da Escola Secundária de Maximinos. A primeira atividade será a divulgação de como os alunos corresponderam ao programa, e de como o mesmo ocorreu, designadamente o comportamento dos alunos e a realização das tarefas propostas. Posteriormente, as Psicólogas apresentarão alguma informação sobre o ingresso no ensino superior e as alternativas ao mesmo (Anexo XVI), ou seja, esclarecimento sobre os exames necessários, as médias, as bolsas de estudo, e outras dúvidas que os pais coloquem.

De seguida, os pais serão convidados a partilhar a sua opinião relativamente à eficácia do programa, isto é, se consideram que foi importante para a tomada de decisão dos seus educandos, se a informação que os alunos precisavam foi transmitida, se não, o que pensam que poderia ter sido feito, etc. Por fim, será solicitado que os participantes assinem a folha de presenças (Anexo XV) e que se considerarem pertinente, poderá ser marcada uma hora para falar sobre o seu educando, individualmente.



Vamos embarcar numa viagem...ao futuro das profissões!

Lista de anexos:

Anexo 1 – *PowerPoint* de apresentação do programa aos alunos

Anexo 2 – Ficha *Sobre mim*

Anexo 3 – Ficha *Quadro de Pesquisa de Cursos*

Anexo 4 – Ficha *Onde podes procurar informação*

Anexo 5 – Folha de presenças alunos

Anexo 6 – Exemplo de *Curriculum Vitae*

Anexo 7 – *PowerPoint* expositivo com informações pertinentes

Anexo 8 – Cartões com profissões

Anexo 9 – Vídeo sobre a importância da formação

Anexo 10 – Ficha *As Profissões*

Anexo 11 – Instrumento Inventário de Preferências Profissionais (Cruz, 2001)

Anexo 12 – Ficha *O valor dos valores*

Anexo 13 – Instrumento Bateria de Provas de Raciocínio (Almeida & Lemos, 2006)

Anexo 14 – *PowerPoint* de apresentação do programa aos pais/EE

Anexo 15 – Folha de presenças pais/EE

Anexo 16 – *PowerPoint* com informações relevantes para os pais/EE



Referências Bibliográficas

- Agrupamento de Escolas de Maximinos. (2012/2013). *Gabinete de Mediação e Orientação Escolar*. Braga: AE Maximinos.
- Azevedo, A., & Faria, L. (2005). Validação do programa “Preparar para Viajar”: Intervenção junto de alunos em transição para o ensino superior. In B. D. Silva & L. Almeida (Coords.), *Actas do VIII Congresso Galaico-Português de Psicopedagogia* (pp. 3867-3880). Braga: Edição CIED/IEP/UM, ISBN: 972-8746-36-9.
- Júlio, V. M. (2013). *Preocupações de carreira para a reforma e satisfação com a vida numa amostra de reformados*. Dissertação de Mestrado Integrado em Psicologia. Lisboa: Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.
- Krumboltz, J. D. (2009). The happenstance learning theory. *Journal of Career Assessment*, 17, 135-154.
- Rafael, M. (2001). *O modelo desenvolvimentista de avaliação e aconselhamento da carreira (C-DAC). Preocupações de carreira, crenças e stress profissional*. Dissertação de Doutoramento em Psicologia da Orientação e Desenvolvimento da Carreira. Lisboa: Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.
- Silva, A. D., Taveira, M. D. C., & Ribeiro, E. (2011). Self de Carreira: Estudo Longitudinal com Estudantes Universitários. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 27 (3), 263-272.
- Silva, J. M. T. (2010). Decisão de carreira: Processo, desafios e soluções. *Psychologica*, 53, 5-25.
- Silva, L.L., Noce, M.A., & Andrade, P.P. (2003). Interesses em adolescentes que procuram orientação profissional. *PSIC - Revista de Psicologia da Vetor Editora*, 4 (2), 6-17.