



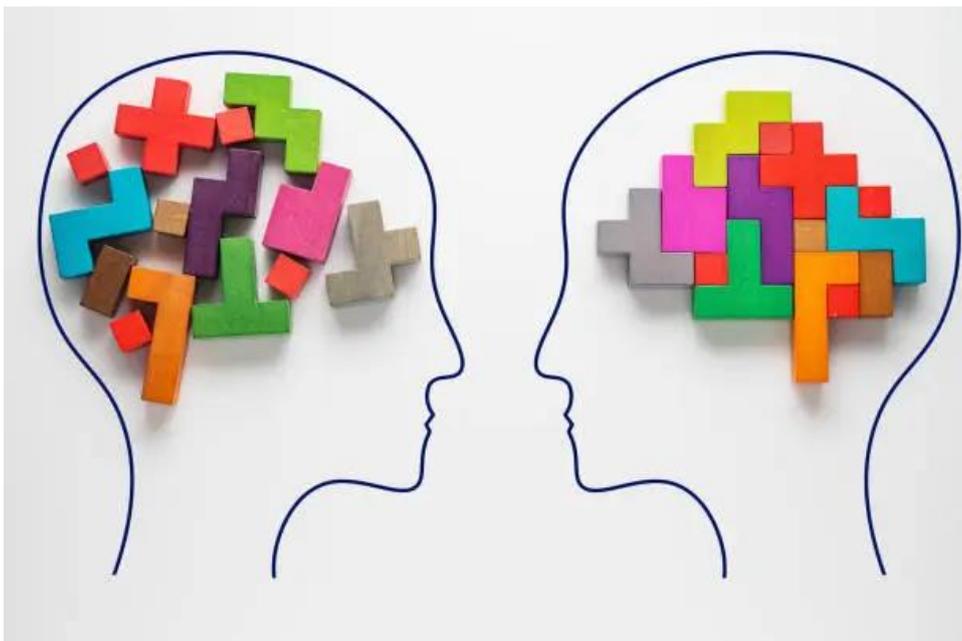
Agrupamento de Escolas  
Infante D. Henrique  
Sede: Escola Básica Infante D. Henrique

**AGRUPAMENTO DE ESCOLAS INFANTE D. HENRIQUE**

## **Serviço de Psicologia e Orientação**

### **Relatório de Atividades**

**2022/2023**



**Julho de 2023**

**Psicólogas:**

*Anabela Carvalho*

*Inês Sampaio*

*Isidra Costa*

EQUIPA.....	3
ATIVIDADES DIRIGIDAS A ALUNOS.....	3
Avaliação e Acompanhamento Individualizado.....	4
Sensibilização para o Bullying.....	6
Bem-estar e estar bem na Escola -.....	6
Programa de Orientação Vocacional.....	8
Feira & Mostra OV -.....	10
ATIVIDADES DIRIGIDAS À COMUNIDADE ESCOLAR.....	11
Deslocação às Escolas do 1º Ciclo.....	12
Comemoração do Dia Mundial da Saúde Mental.....	12
Blogue.....	12
Espaço Adulto.....	13
Formação sobre Liderança.....	14
Workshop – Juntos na Educação, no Jardim de Infância de Vila Chã de Sá.....	14
Dia do Agrupamento.....	15
Observatório do Bem-estar.....	15
COLABORAÇÃO EM PROJETOS DO AGRUPAMENTO.....	16
Ler Mais para Ler Melhor.....	16
Formar Crianças Leitoras.....	16
OUTRAS ATIVIDADES DE MANUTENÇÃO E REFORÇO DO SISTEMA DE RELAÇÕES NA COMUNIDADE ESCOLAR.....	17
REFLEXÃO FINAL.....	18

## EQUIPA

Este Agrupamento, com um universo de alunos que abrange diferentes etapas do desenvolvimento, desde o ensino pré-escolar até ao 3.º ciclo, conta apenas com uma psicóloga do Quadro - **Anabela de Oliveira Duarte da Cruz Carvalho**. Contudo, este ano letivo contámos pela quarta vez consecutiva com a contratação de uma psicóloga a tempo integral, **Maria Isidra Ferreira Lopes da Costa**, bem como com uma psicóloga contratada pelo Programa Nacional de Promoção do Sucesso Escolar para desenvolver o Plano de Desenvolvimento Pessoal, Social e Comunitário intitulado *Bem-estar e estar bem na Escola*, **Inês Sofia Barros Sampaio**. No presente ano, contámos também com a colaboração de duas psicólogas do CRI **Carla Maria Gonçalves Pereira Loureiro** e **Ana Lúcia Ferreira Antunes Martins**, ainda que não estivessem a tempo inteiro.

Ao longo dos três períodos letivos, as três psicólogas asseguraram diariamente a presença no Serviço de Psicologia e Orientação (SPO) a escola sede Infante D. Henrique e também na D. Luís de Loureiro, bem como um período semanal, em regime de rotatividade, nas escolas do 1º ciclo.

### ATIVIDADES DIRIGIDAS A ALUNOS

Atividade	Jl	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	Total de alunos	Objetivos do PE
<b>Avaliação e Acompanhamento individualizado</b>	15	15	25	22	16	18	27	34	31	26	229	<b>Avaliação A1, C1, C7 Acompanhamento A5, B2, C1 e C2</b>
<b>Sensibilização para o Bullying</b>		200				180		190			570	<b>B2, B3, C2</b>
<b>Bem-estar e estar bem na Escola</b>		201	4	29	5	193	86	198	73	38	827	<b>C1 e C2</b>
<b>Programa de Orientação Vocacional</b>										169	169	<b>C1</b>
<b>Feira &amp; Mostra OV</b>										169	169	<b>A2 A5 B3 C1</b>

**Avaliação e Acompanhamento Individualizado**– Esta ação, desenvolvida ao longo do ano letivo, integra as funções de base da Psicologia Escolar e é dirigida a todos os alunos do agrupamento que dela necessitem, do pré-escolar ao 9º ano. Este ano abrangeu 229 alunos dos diferentes níveis de ensino e estabelecimentos escolares do agrupamento, de acordo com a tabela seguinte:

<b>Anos de escolaridade</b>	<b>JI</b>	<b>1.º</b>	<b>2.º</b>	<b>3.º</b>	<b>4.º</b>	<b>5.º</b>	<b>6.º</b>	<b>7.º</b>	<b>8.º</b>	<b>9.º</b>	<b>Total</b>
<b>N</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>25</b>	<b>22</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>27</b>	<b>34</b>	<b>31</b>	<b>26</b>	<b>229</b>

Regista-se um predomínio de alunos do 7.º ano de escolaridade, seguindo-se os do 6.º ano e logo de seguida do 9.º ano, mostrando quer problemas na aprendizagem que se vão agudizando ao longo da escolaridade, mas também questões desenvolvimentais, relacionadas com problemáticas associadas à adolescência e ao bem-estar.

Todos os pedidos que chegaram ao SPO foram atendidos em tempo útil, com exceção para alguns dos últimos que deram entrada no fim do 3º período letivo e cujos Encarregados de Educação preferiram que fossem atendidos em setembro.

A distribuição por tipo de resposta mostra um maior número de acompanhamentos (n=124, 54,1%) do que avaliações psicológicas, o que vai ao encontro da tendência de anos anteriores. Esta dado coloca em evidência a maior exigência de tempo e de número de sessões necessárias para cada aluno.

<b>Serviço prestado</b>	<b>JI</b>	<b>1º</b>	<b>2º</b>	<b>3º</b>	<b>4º</b>	<b>5º</b>	<b>6º</b>	<b>7º</b>	<b>8º</b>	<b>9º</b>	<b>Total</b>
<b>Acompanhamento</b>	8	4	6	11	6	10	14	17	25	14	115
<b>Avaliação</b>	4	11	19	11	10	8	11	15	3	11	103
<b>Avaliação e acompanhamento</b>	1						2	2	3	1	9
<b>Encaminhamento/articulação com outros serviços</b>	2										2
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>25</b>	<b>22</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>27</b>	<b>34</b>	<b>31</b>	<b>26</b>	<b>229</b>

No que se refere à distribuição por Escola o maior número de situações provém da Escola com maior número de alunos, a Infante D. Henrique, seguindo-se a Dom Luís de Loureiro. Nas Escolas do 1.º ciclo encontramos as Escolas Aquilino Ribeiro e São João de Lourosa como as que tiveram mais alunos atendidos por psicólogas do SPO (com 15 cada uma), seguindo-se Paradinha com 14.

Escola	JI	1.º	2.º	3.º	4.º	5.º	6.º	7.º	8.º	9.º	Total
<b>IDH</b>						15	15	25	25	18	<b>98</b>
<b>DLL</b>						3	12	9	6	8	<b>38</b>
<b>Aquilino Ribeiro</b>		1	8	3	3						<b>15</b>
<b>São João de Lourosa</b>	3	3	2	2	5						<b>15</b>
<b>Paradinha</b>	5	2	3	4							<b>14</b>
<b>Jugueiros</b>	2	3	3	4							<b>12</b>
<b>Passos</b>	1	3	1	3	2						<b>10</b>
<b>Loureiro</b>	3		2	2							<b>7</b>
<b>Repeses</b>		2	3	2							<b>7</b>
<b>Vila Chã de Sá</b>	1				4						<b>5</b>
<b>Oliveira de Barreiros</b>			2	1	1						<b>4</b>
<b>Fail</b>		1		1	1						<b>3</b>
<b>Teivas</b>			1								<b>1</b>
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>25</b>	<b>22</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>27</b>	<b>34</b>	<b>31</b>	<b>26</b>	<b>229</b>

Acresce a este número de alunos acompanhados formalmente por uma psicóloga do SPO um número que embora menor não é desprezável, de atendimentos/acompanhamentos esporádicos ou pontuais em todas as Escolas onde estamos. Na verdade, as solicitações surgem tanto por parte dos docentes como até dos alunos, levando a uma intervenção imediata, e muitas vezes específica com feedback aos pais. Nesses casos não fazemos um registo formal, com abertura de processo, mas teremos de repensar este procedimento para facilitar a atuação em momentos seguintes.

Com esta intervenção individualizada junto do aluno, em colaboração com os docentes e encarregados de educação, pretende-se atingir os seguintes objetivos do Projeto Educativo (PE): A1: Melhorar os resultados académicos nos 2º, 4º, 5º e 6º anos; C1: Promover o desenvolvimento pessoal e emocional dos alunos; C7: Promover práticas de avaliação para e das aprendizagens.

Ao nível do acompanhamento psicológico pretende-se contribuir ainda para os seguintes objetivos do PE: B2: Melhorar o comportamento dos alunos dentro e fora da sala de aula; A5: Melhorar o sucesso das crianças e jovens oriundos de contextos socioeconómicos desfavorecidos e/ou de grupos culturalmente diferenciados; C2: Promover e apoiar o bem-estar dos alunos.

Salienta-se como aspeto mais positivo desta importante área de intervenção do SPO a flexibilidade nas respostas a cada caso, a disponibilidade das psicólogas deste serviço para ajustar os seus horários permitindo atender a maior parte dos alunos dentro da disponibilidade destes e dos seus encarregados de educação, bem como a articulação direta com docentes, encarregados de educação e entidades fora da Escola.

**Sensibilização para o Bullying** – Pela pertinência do tema e pela importância da sua prevenção, esta atividade é proposta pelo SPO a todas as turmas do 1º, 5º e 7º ano do agrupamento, abrangendo um total de 600 alunos. É dinamizada uma sessão em cada turma, com uma duração de 50 a 60 minutos, com dinâmicas ajustadas a cada nível de escolaridade. Este ano as sessões realizaram-se em 29 turmas, no 1º período letivo, em estreita articulação com os respetivos Professores Titulares e Diretores de Turma.

Com estas ações pretende-se contribuir para a formação de cidadãos responsáveis, autónomos e solidários, que conhecem e exercem os seus direitos e deveres e respeitem os outros (B3); melhorar o comportamento dos alunos dentro e fora da sala de aula (B2); e promover e apoiar o bem-estar dos alunos (C2). Considera-se a realização desta atividade como bastante positiva: os alunos participaram e envolveram-se nas atividades propostas, o feedback dos Docentes é positivo pois acreditam que estas temáticas e a sua prevenção são uma mais-valia para a redução da indisciplina e promoção da empatia e respeito.

**Bem-estar e estar bem na Escola** - Este projeto, dinamizado pelo SPO, insere-se numa medida no âmbito do Plano de Desenvolvimento Pessoal, Social e Comunitário ao abrigo do Programa Nacional de Promoção do Sucesso Educativo, tal como tem acontecido nos últimos anos. Este projeto visa melhorar o bem-estar dos alunos do Agrupamento, reduzindo os afetos negativos e outros sintomas (ansiedade, depressão, stress), promover a resiliência e outras competências emocionais nos alunos para fazer face aos desafios e às mudanças desenvolvimentais e às inesperadas, e desenvolver o autoconhecimento, autocontrolo, relacionamento interpessoal e tomada de decisão responsável.

No início do ano letivo foram definidas metas a alcançar ao longo do ano, nomeadamente a realização de um rastreio de indicadores de bem-estar em 100% das turmas do agrupamento, do 1.º ao 3.º ciclos, intervencionar 75% dos alunos com indicadores de menor bem-estar, reduzir em 20% a presença de afetos negativos nos alunos intervencionados e realizar 30 sessões de sensibilização e de promoção de competências favorecedores de bem-estar e equilíbrio emocional.

Assim, no início do ano foram dinamizadas sessões em todas as turmas do 1º, 5º e 7º anos. Por solicitação dos Diretores de Turma foram dinamizadas sessões em mais 10 turmas do agrupamento sobre temas alusivos ao bem-estar.

<b>Intervenção em turma</b>							
<b>Ano escolar</b>	<b>1º</b>	<b>3º</b>	<b>5º</b>	<b>6º</b>	<b>7º</b>	<b>8º</b>	<b>9º</b>
<b>Nº de turmas</b>	12	1	8	2	9	2	1
<b>Nº total de sessões</b>	12	1	9	8	11	4	2
<b>TOTAL</b> <b>49 sessões</b> <b>39 turmas</b>							

Este ano letivo o rastreio foi realizado através dos Docentes, que tinham uma grelha acerca de indicadores de bem-estar e envolvimento nas aprendizagens dos alunos. Após este levantamento, foram identificados os alunos com menor bem-estar e foram intervencionados de forma individual, em pequeno grupo e no contexto de turma. Para além disto, foi proposta uma sessão para os pais e Encarregados de Educação dos alunos identificado no rastreio.

<b>Bem-estar e estar bem na Escola</b>										<b>TOTAL</b>
<b>Ano escolar</b>	<b>1º</b>	<b>2º</b>	<b>3º</b>	<b>4º</b>	<b>5º</b>	<b>6º</b>	<b>7º</b>	<b>8º</b>	<b>9º</b>	
<b>Número de alunos intervencionados</b>	201	4	29	5	193	86	198	73	38	<b>827</b>

Assim, ao longo do ano foram realizadas diversas sessões de prevenção, sobre temas relevantes e alusivos ao bem-estar, foram identificados alunos com menor bem-estar e intervencionados de forma individual, em pequeno grupo e em contexto de turma, pelo que se realizaram as atividades inicialmente propostas. Destaca-se de forma positiva o envolvimento dos alunos nas sessões em turma e nos acompanhamentos em pequeno grupo. Ainda, a resposta célere aos vários pedidos de intervenções em turmas. Por outro lado, considera-se que o rastreio não foi tão eficaz como o esperado uma vez que alguns Docentes não devolveram o documento ao SPO e o Workshop para Pais não teve inscrições.

O Serviço de Psicologia considera-se necessária a continuação deste projeto pelo elevado número de alunos que abrange, pela possibilidade de o mesmo se ajustar perante as necessidades e pelo feedback positivo. Por outro lado, a continuação permitirá abranger mais alunos com indicadores de menor bem-estar, promovendo competências pessoais e emocionais, o desenvolvimento do autoconhecimento e de relacionamentos interpessoais positivos, com vista ao sucesso escolar e à prevenção de problemas de saúde mental futura. No próximo ano letivo serão ajustadas as metas bem como a forma como o rastreio universal a todos os alunos será realizado.

**Programa de Orientação Vocacional** - A Orientação Vocacional é um programa dinamizado pelas três psicólogas do SPO em todas as turmas do 9.º ano e pretende apoiar os alunos do 9.º ano de escolaridade no processo de construção de um projeto de vida pessoal e profissional, divulgar as ofertas formativas e educativas existentes, promover o desenvolvimento de competências ativas e autónomas de recolha de informação útil e importante para a tomada de decisão, e a identificação dos interesses, aptidões e traços de personalidade de cada aluno, e contribuir para o desenvolvimento de competências e aquisição de saberes no tema aglutinador de PIC no 9.º ano que é o Mundo do Trabalho. Ou seja, ao longo das aulas de PIC, dedicadas a desenvolver atividades e projetos à volta do Mundo do Trabalho, o SPO dá um contributo específico e especializado, permitindo catalisar sinergias e contribuir positivamente para o desenvolvimento de um projeto de vida vocacional junto dos alunos do 9.º ano.

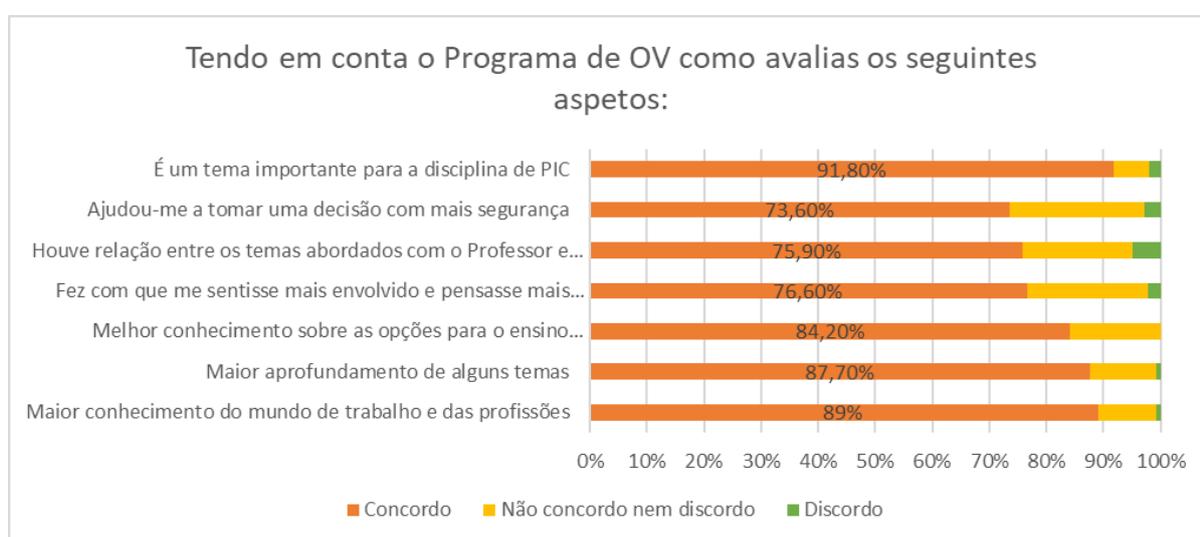
As sessões em turma tiveram início no 1.º período e terminaram no fim no 3.º período, num total de 8 a 10 sessões em cada turma. O Programa continuou fora de sala de aula, tendo-se realizado uma entrevista final individual com os alunos e os Encarregados de Educação. As sessões foram articuladas com cada Diretor de Turma e todos os alunos tiveram a oportunidade de participar neste programa, contribuindo para a promoção do desenvolvimento pessoal e emocional dos alunos (C1), para a sua tomada de decisão no final do ano letivo e para a construção de um projeto de vida pessoal e profissional.

Este Programa é alvo de uma avaliação específica, com pré-teste, antes do seu início, e pós-teste, no seu termo, permitindo aferir a evolução dos alunos. De referir que o pós-teste, em muitos casos, foi realizado antes da sessão final, individual. Dessa avaliação salientamos os seguintes dados:

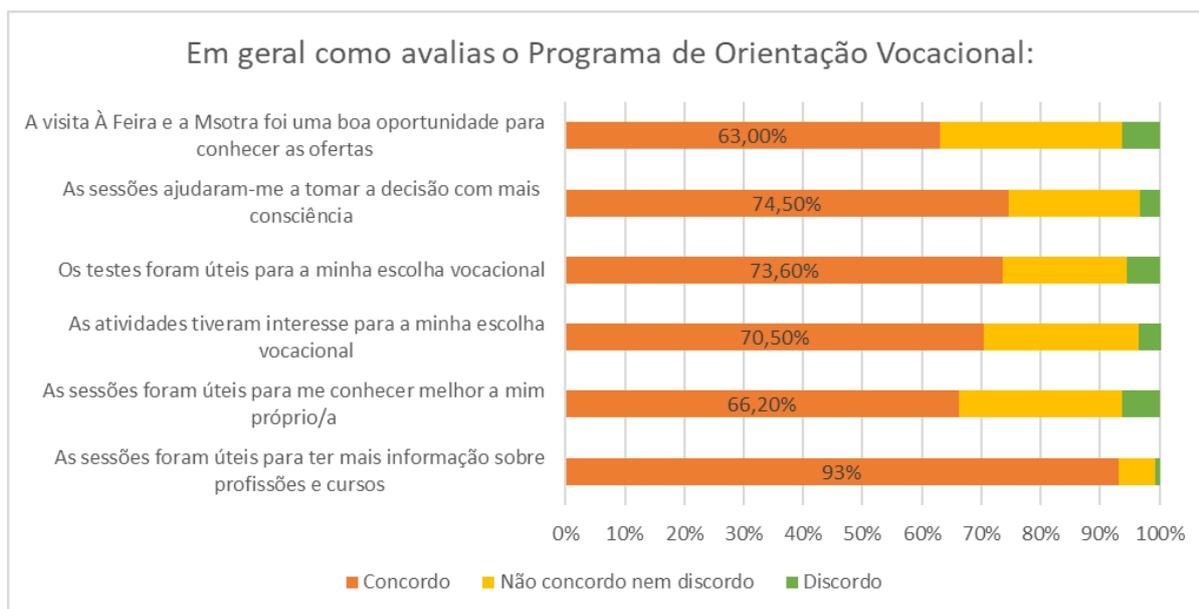
- no início do ano letivo 41.7% dos alunos afirmou querer terminar a escolaridade obrigatória e ingressar no mercado de trabalho e no final do Programa só 16.4% o referiam, mostrando o impacto das atividades na elaboração de um projeto vocacional mais qualificado;
- Em relação à opção no final do 9.º ano, no início do ano a percentagem de alunos que não sabia o que escolher era de 31.4% e, no final do ano, após as sessões em turma (e antes das entrevistas individuais) essa percentagem passou para de 11%. Ou seja, verificamos uma redução significativa da indecisão dos alunos que, na sua maioria, foi resolvida na entrevista final;
- Relativamente à informação que os alunos tinham no início do ano letivo, 12.3% dos alunos afirmou estar bem informado, conhecendo todas as opções do ensino secundário. No final do ano eram 64.8% a referir estar bem informado. No início do Programa 20% não conhecia as opções para o ensino secundário e no final do programa apenas 1 aluno referiu não conhecer as opções para o ensino secundário.

- Por fim, e tendo em conta a forma como os alunos se sentem perante a decisão: no início do ano 20.5% dos alunos estava muito indeciso e 12.2% ainda não tinham pensado no assunto. No final do ano apenas 7.5% dos alunos afirmou estar ainda muito indeciso e 4.1% dos alunos ainda não tinha pensado no assunto. Podemos assim perceber a importância das atividades para a tomada de decisão e formulação do projeto vocacional junto dos alunos do 9.º ano.

Os alunos foram, também, questionados acerca da utilidade das sessões e dos temas abordados para a sua tomada de decisão e sobre a perceção que tinham do programa, cujos resultados se apresentam a seguir.



De um modo geral a grande maioria dos alunos, no final do ano, considera que o programa permitiu um maior conhecimento do mundo de trabalho e das profissões e das opções do ensino secundário, permitiu tomar uma decisão com mais segurança, e cerca de 92% dos alunos considera a orientação vocacional um tema importante para a disciplina de PIC.



Ainda, a maioria dos alunos no final do programa considerou que as sessões foram úteis para ter mais informação acerca dos cursos e de si próprios, as atividades desenvolvidas e os testes realizados ajudaram na escolha vocacional, avaliando a ida à Feira de Empregabilidade e a Mostra como boas oportunidades para conhecer as ofertas formativas.

Em suma, os resultados da avaliação realizada permitem confirmar a importância e pertinência deste Programa na ajuda à construção de um projeto de vida vocacional dos alunos do 9.º ano, sendo de reforçar a manutenção da sua realização em articulação com PIC.

**Feira & Mostra de Orientação Vocacional** - A visita à Feira de Empregabilidade integrou o programa de orientação vocacional e pretendeu promover um contacto privilegiado dos alunos com as diferentes entidades formativas bem como divulgar as ofertas formativas da região. Realizou-se no 3º período letivo, abrangendo todos os alunos do 9º ano do agrupamento: 160 alunos e respetivos professores acompanhantes.

A avaliação por parte dos que nela participaram (alunos e docentes) foi muito positiva, quer pela dinâmica criada para a visita (foram elaborados desafios através de questionários na plataforma Kahoot com prémios para as melhores pontuações, que exigiam contacto direto dos alunos com os representantes das Escolas) quer pela oportunidade proporcionada aos alunos de contato direto com as escolas.

No entanto, após esta visita, surgiu a necessidade de uma atividade complementar, uma vez que se verificou que algumas escolas profissionais e centros de formação do distrito, não estiveram presentes na Feira. Sabendo que os mesmos poderão ser importantes para o futuro formativo dos alunos do agrupamento, realizou-se a Mostra de OV com a presença de três escolas profissionais (de Carvalhais,

Tondela e Vouzela) e um centro de formação (CESAE). A Mostra de OV decorreu de forma tranquila, quer na Escola Infante D. Henrique quer na D. Luís de Loureiro.

Consideramos que a Visita à Feira e a Mostra permitiram atingir os objetivos propostos, contribuindo desta forma para a melhoria da qualidade de sucesso (A2), para a melhoria do sucesso de crianças e jovens oriundos de contextos socioeconómicos desfavorecidos e/ou de grupos culturalmente diferenciados (A5), pelo contributo para a formação de cidadãos responsáveis, autónomos e solidários, que conhecem e exercem os seus direitos e deveres e respeitem os outros (B3) e na promoção do desenvolvimento pessoal e emocional dos alunos (C1).

## ATIVIDADES DIRIGIDAS À COMUNIDADE ESCOLAR

Atividade	Destinatários					Objetivos do PE
	Alunos	Docentes	Não docentes e/ou técnicos	Pais/ Encarregados de Educação	Número de participantes	
Deslocação às Escolas do 1º Ciclo	X	X	X	X	Acima de 500	C2 C6 C7
Comemoração do Dia Mundial da Saúde Mental	X	X			1500	C1 C2
Blogue	X	X	X	X	--	B3 C1 C2 D5
Espaço Adulto		X	X		4	
Formação sobre Liderança		X			25	D4
Workshop – Juntos na Educação, no Jardim de Infância de Vila Chã de Sá		X	X	X	10	B2 C3 D5
Observatório do Bem-estar	X	X	X	X	--	C1 C2
Dia do Agrupamento	X	X	X	X	--	D3 D5

**Deslocação às Escolas do 1º Ciclo** – Ao longo deste ano deu-se continuidade ao trabalho direto em todas as escolas do pré-escolar e 1º ciclo do agrupamento, realizando-se avaliações psicológicas e acompanhamentos individuais nas instalações das próprias escolas das crianças, evitando assim a deslocação das mesmas à sede do agrupamento.

Esta é uma prática muito valorizada pelos profissionais destas escolas, que agiliza processos e facilita a relação de proximidade com todos, de modo a proporcionar respostas educativas diferenciadas, promover e apoiar o bem-estar dos alunos e ainda promover práticas de avaliação para e das aprendizagens. Além disto, permite desenvolver um trabalho de consultoria com os Docentes, tornando-se eficiente na resolução de situações, atendimentos pontuais ou trabalho burocrático.

A realização desta atividade é bastante positiva, e considera-se que os objetivos foram atingidos nomeadamente na promoção e apoio do bem-estar dos alunos (C2), na disponibilização de respostas educativas diferenciadas (C6) e na promoção de práticas de avaliação para e das aprendizagens (C7).

**Comemoração do Dia Mundial da Saúde Mental** - A comemoração do Dia Mundial da Saúde Mental, no mês de outubro, tem vindo a ser uma prática realizada nos últimos anos no agrupamento. À semelhança de anos anteriores, a atividade deste ano foi organizada em colaboração com o Observatório do Bem-estar (OBE), promovendo assim momentos de reflexão conjunta entre a equipa de Psicólogos e consciencialização para a importância do bem-estar no sucesso educativo, sendo depois ajustada às características do nosso agrupamento. A proposta de atividade foi enviada a todos os docentes, que a dinamizaram em sala de aula, desde o pré-escolar ao 9º ano. Esta atividade pretende promover o desenvolvimento pessoal e emocional dos alunos (C1) e promover e apoiar o bem-estar destes (C2).

Os docentes consideraram a comemoração do tema pertinente, dando um feedback positivo da dinâmica proposta. No final partilharam com o SPO o produto das atividades realizadas, em formato de fotografia, desenhos, cartazes, histórias, etc.. Uma vez que esta atividade foi realizada no âmbito das atividades do OBE, a mesma foi avaliada através de questionários aplicados aos docentes das várias escolas do concelho. Os dados analisados foram alvo de reflexão no OBE, concluindo-se a pertinência da continuidade desta atividade.

**Blogue** - O Blogue é uma atividade do SPO que tem vindo a desenvolver nos últimos anos, com o intuito de contribuir para a promoção do bem-estar dos alunos, bem como para o seu desenvolvimento pessoal e emocional. Pretende também ser um espaço dedicado a toda a

comunidade educativa, através de publicações dirigidas a distintos públicos, como os Pais e Encarregados de Educação e o Pessoal Docente e Não Docente.

Ao longo deste ano letivo as três psicólogas realizaram 12 publicações com os seguintes títulos: *À Sombra da Memória; Decisões, decisões, decisões!!; O Poder da Arte; Socorro, tenho ansiedade!!!; Informar para AMAR; Ler faz-nos bem; A importância do contexto; Xau 2022 - Olá 2023; Pensamentos, o que fazem connosco...; É possível ter uma dependência sem consumir drogas?; Novo ano letivo, vamos lá?; Bem-vindos! Bom regresso à Escola!*. Todas as publicações editadas regem-se por temas atuais, transversais à escola e por rigor científico. O blogue do SPO visa promover o desenvolvimento pessoal e emocional dos alunos (C1), promover e apoiar o bem-estar dos alunos (C2), promover a articulação curricular (C5) e contribuir para a formação de cidadãos responsáveis, autónomos e solidários, que conhecem e exercem os seus direitos e deveres e respeitem os outros (B3).

Apesar de haver divulgação através de email, considera-se que o número de visualizações ainda está aquém do esperado.

**Espaço Adulto** - A saúde física e mental é fundamental para o bem-estar na vida pessoal e no trabalho, sendo essencial para nos conseguirmos dedicar a 100% às nossas tarefas e aos nossos alunos. O Serviço de Psicologia e Orientação existe nas escolas para apoiar os alunos no seu processo de ensino e aprendizagem, mas também tem como função facilitar o sistema de relações inerentes a toda a dinâmica do processo educativo. Nesse sentido, é importante cuidar de todos os elos desta cadeia, tendo os profissionais de educação um papel central no seu bom funcionamento. Posto isto, no presente ano letivo o SPO disponibilizou espaço e tempo dedicado aos adultos do Agrupamento: Pessoal Docente e Não Docente, com o intuito de contribuir para o seu bem-estar e para o equilíbrio socio afetivo dos adultos.

O Espaço Adulto, como foi designado, foi disponibilizado e divulgado pelos canais habituais (no Conselho Pedagógico e por email institucional) pelo que os interessados contactaram as Psicólogas e agendaram o horário com as mesmas. Ao longo do ano foram atendidos 4 adultos, o que se considerou um número reduzido, constatando-se posteriormente que nem todos os interessados tiveram o mesmo acesso à informação do serviço (uns porque não consultaram email, outros porque foram contratados mais tarde...). No entanto, através do feedback das pessoas que recorreram a este serviço, conclui-se que o balanço da atividade é muito positivo e proveitoso a quem dele recorreu.

Este foi o primeiro ano em que se dinamizou este espaço e apesar de ter havido divulgação no primeiro período letivo, entende-se que no próximo ano esta divulgação deverá ser alargada no tempo, de modo a poder chegar a todos.

Embora seja uma atividade com um propósito muito válido e importante para a vida da Escola, permitindo ajudar a prevenir situações de exaustão emocional, ou outras questões de saúde psicológica, nos profissionais que trabalham com os nossos alunos, não está previsto no Projeto Educativo nenhum objetivo que vise o bem-estar e a saúde psicológica dos docentes, assistentes operacionais e técnicos. Assim, somos de opinião que é muito importante inserir um objetivo que permita prevenir e promover a saúde ocupacional e o bem-estar dos profissionais do nosso Agrupamento.

**Formação sobre Liderança** - Com o intuito de dar resposta a uma solicitação da Direção do Agrupamento, realizou-se uma sessão formativa sobre liderança dirigida a Pessoal Docente com cargos de liderança intermédia, com os seguintes objetivos: sensibilizar para a importância da liderança de equipas em contexto escolar, promover a reflexão em torno do conceito de liderança e das suas características, desenvolver a perceção da liderança enquanto um conjunto de competências pessoais em constante adaptação ao contexto organizacional/escolar, indo ao encontro do objetivo preconizado pelo PE de mobilizar a comunidade educativa no processo de melhoria do Agrupamento (D4). A ação, que se realizou no 1º período letivo na Biblioteca da Escola Infante D. Henrique, decorreu de forma positiva com a participação ativa de todos, facilitando assim uma maior reflexão conjunta e cumprindo com o objetivo.

**Workshop – Juntos na Educação, no Jardim de Infância de Vila Chã de Sá** - Este workshop surgiu numa necessidade particular identificada neste Jardim de Infância. Perante algumas situações de comportamento com o grupo de crianças no Jardim de Infância, as Educadoras em articulação com o SPO entenderem ser benéfico envolver mais os Pais e Encarregados de Educação na vida da Escola, de modo a promover uma comunicação mais estreita e profícua entre todos. O SPO preparou a ação, com dinâmicas pensadas para o efeito e população específica, elaborou um flyer com alguma informação sobre parentalidade e propôs uma data. Depois de uma primeira sessão marcada e depois adiada devido a um número reduzido de inscrições, o workshop decorreu de modo muito positivo com a presença das três psicólogas do SPO. Apesar de haver mais Mães inscritas, a ação realizou-se com a participação ativa das dez presentes (incluindo educadoras e assistentes operacionais). Dada a satisfação geral e a importância relevada a este momento formativo, a sugestão final, nesse dia, foi a

realização de mais sessões como esta no presente ano letivo. Perante este pedido agendou-se mais uma sessão com Pais e Encarregados de Educação do pré-escolar de Vila Chã, no terceiro período letivo, no entanto, por falta de inscrições, a mesma não se realizou.

Considera-se que este workshop contribuiu de forma significativa para os objetivos preconizados pelo Projeto Educativo nomeadamente no sentido de melhorar o comportamento dos alunos dentro e fora da sala de aula (B2), disponibilizar uma oferta que responda aos interesses e necessidades dos alunos (C3) e promover o envolvimento dos pais e dos encarregados de educação na vida da escola (D5).

**Dia do Agrupamento** - Através de uma dinâmica simples o SPO marcou presença como parte integrante da escola, na Comemoração do Dia do Agrupamento que se realizou no dia 14 de junho. A atividade disponibilizada aos participantes contou com a presença de vários elementos do pessoal docente, pessoal não docente, alunos, pais e familiares, num momento que avivou memórias e estreitou relações.

Esta atividade realizou-se no último dia de aulas do ano letivo e destinou-se a toda a comunidade educativa, visando promover o sentido de pertença e de identidade do agrupamento (D3) bem como a promoção do envolvimento dos Pais e Encarregados de Educação (D5). O balanço da participação do SPO nesta atividade é bastante positivo, contribuindo para o envolvimento de todos os outros participantes, pela curiosidade de quem o procurou e pelos momentos de reflexão e promotores de bem-estar que se proporcionaram.

**Observatório do Bem-estar** – Ao longo do ano letivo, as psicólogas do SPO integraram de forma ativa o Observatório do Bem-estar das Psicólogas do Concelho de Viseu. Através de reuniões regulares, em diferentes escolas, articularam-se trabalhos e organizaram-se atividades (como a comemoração do dia Mundial da Saúde Mental e a visita à Feira de Empregabilidade). Para além destes, este grupo organizou e dinamizou formação específica para psicólogos e fez intervisão sobre temas e casos inerentes à Psicologia da Educação.

Consideramos que a integração do SPO no Observatório do bem-estar é uma mais-valia para o trabalho articulado entre todas psicólogas que trabalham em contexto escolar no concelho de Viseu, contribuindo para promover o desenvolvimento pessoal e emocional dos alunos (C1) e promover e apoio o bem-estar dos alunos (C2).

## COLABORAÇÃO EM PROJETOS DO AGRUPAMENTO

Atividade	Destinatários	Participantes	Objetivos PE
<b>Ler Mais para Ler Melhor</b>	Alunos do 5º e 6º anos da DLL	45 alunos	<b>A2</b> <b>A3</b> <b>C1</b> <b>C4</b> <b>C5</b>
<b>Formar Crianças Leitoras</b>	Docentes do Pré-escolar	10 educadoras	<b>A2</b> <b>A3</b> <b>C1</b>

**Ler Mais para Ler Melhor** - No âmbito do Projeto Ler Mais para Ler Melhor, da iniciativa da Biblioteca Escolar da Escola D. Luís de Loureiro, deu-se continuidade à avaliação da leitura de todos os alunos dos 5º anos e alguns alunos do 6º ano, que não tinham sido avaliados anteriormente, da Escola Dom Luís de Loureiro. Esta avaliação só foi realizada uma vez no ano letivo, por manifesta indisponibilidade de recursos por parte do SPO (que este ano não teve estagiários). Ainda assim, consideramos que a participação contribuiu positivamente para os objetivos do Projeto (A2 - Melhorar a qualidade de sucesso, A3 - Melhorar as competências básicas de leitura e escrita e C1 - Promover o desenvolvimento pessoal e emocional dos alunos).

**Formar Crianças Leitoras** – No âmbito deste Projeto, da iniciativa das Bibliotecas Escolares, foi realizada uma ação de formação dirigida às Educadoras do Agrupamento que permitisse capacitá-las para realizarem a avaliação dos pré-requisitos para a aprendizagem da leitura das crianças de 5 anos. Assim, entre os meses de março e junho de 2023 a psicóloga Anabela Carvalho dinamizou a formação creditada pelo centro de formação Visprof «Linguagem e consciência fonológica: preparar para aprender», contando com a participação de 10 educadoras do AEIDH e de 6 de outros Agrupamentos. As educadoras que participaram na formação foram familiarizadas com um instrumento de avaliação da Consciência Fonológica composto por várias tarefas, tendo selecionado algumas para aplicar às crianças de 5 e 6 anos das suas salas. Após uma primeira aplicação, realizaram atividades de intervenção, tendo, no final do ano letivo, sido realizada nova avaliação às crianças envolvidas. A avaliação da oficina de formação por parte das educadoras foi bastante positiva, permitindo-lhes ter uma outra visão, mais técnica e mais específica, sobre o desenvolvimento da Consciência Fonológica em cada criança. Desta forma, contribuiu-se positivamente para os objetivos do PE: Melhorar a

qualidade de sucesso (A2), Melhorar as competências básicas de leitura e escrita (A3) e Promover o desenvolvimento pessoal e emocional dos alunos (C1).

## Outras atividades de manutenção e reforço do sistema de relações na comunidade escolar

- Participação nas reuniões do Conselho Pedagógico do Agrupamento enquanto representante do Serviço de Psicologia e Orientação;
- Integração da Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva do Agrupamento enquanto representante do Serviço de Psicologia e Orientação e assumindo a sua coordenação por indicação do senhor Diretor;
- Integração do Projeto Cultural de Escola do Agrupamento enquanto representante do Serviço de Psicologia e Orientação;
- Integração do Projeto Escola e Diversidade Cultural do Agrupamento enquanto representante do Serviço de Psicologia e Orientação;
- Participação nas reuniões de avaliação intercalares e finais em cada período, nas turmas dos alunos atendidos;
- Colaboração com a Direção em todas as iniciativas e projetos para que fomos solicitadas;
- Contactos sistemáticos com professores e educadores, nomeadamente diretores de turma e professores/educadores titulares de turma, sobre problemáticas verificadas com os alunos e/ou com as turmas, ao longo de todo o ano letivo;
- Atendimento a todos os alunos e pais/encarregados de educação que, de forma espontânea, se dirigiram ao SPO;
- Contactos frequentes por telefone, email ou presencialmente com diversas instituições parceiras do Agrupamento visando a articulação de serviços e a promoção do bem-estar e desenvolvimento dos alunos (Centro Hospitalar Tondela-Viseu, CPCJ, psicólogos clínicos em clínica privada, APPACDM, APCV, Segurança Social de Viseu, Cáritas Diocesana, Juntas de Freguesia, ...).

## REFLEXÃO FINAL

Ao final de um ano, com a elaboração de um resumo de todas as inúmeras tarefas a que nos dedicámos, conseguimos refletir sobre o caminho percorrido e sobre as soluções encontradas para dar respostas ajustadas às necessidades da comunidade escolar do nosso Agrupamento. De facto, no dia-a-dia do ano letivo as exigências sucedem-se e as respostas que se vão encontrando nem sempre estão previstas no início do ano. A flexibilidade e a procura de ir ao encontro das necessidades dos nossos alunos, professores e pais marca a dinâmica e as opções do Serviço de Psicologia e Orientação. Apesar de todo o volume de trabalho mantiveram-se presentes alguns pressupostos da nossa atuação: o código deontológico da atuação do psicólogo, a disponibilidade e a escuta empática e compreensiva, pois são condições fundamentais da nossa prática profissional.

Este ano, continuámos a reunir semanalmente pois é um momento fundamental para planificar a intervenção, distribuir tarefas, adequar práticas e materiais, mas também concretizar a intervenção e a discussão de casos, enquanto estratégias autoformativas e de promoção da partilha e do apoio mútuo entre os elementos desta equipa.

Do trabalho realizado este ano salientamos a intervenção universal, que abrangeu todos os ciclos e um elevado número de alunos em contexto de sala de aula, mas também a intervenção seletiva em algumas turmas e a adicional em situações problemáticas, procurando respostas individualizadas e ajustadas a cada caso específico. Trabalhámos na prevenção de riscos e comportamento, na manutenção de boas práticas e na remediação de quadros preocupantes.

Num ano em que a equipa foi mais reduzida, por não haver estagiários e pela nomeação da coordenadora do SPO enquanto coordenadora da Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva, conseguiu-se dar resposta a todas as solicitações entradas até início de junho e algumas deste mês, ficando as restantes, por opção dos encarregados de educação, para setembro.

Pelo exposto, o balanço que fazemos da nossa atuação é positiva. Constatamos que continuamos a apostar na procura de respostas ajustadas e diversificadas, com flexibilidade e criatividade, procurando dar um contributo válido para o desenvolvimento pessoal e social dos nossos alunos. Perante as adversidades, adotámos uma atitude de reforço mútuo num movimento de resiliência. Assim propomo-nos continuar, sempre com o propósito de realizar um trabalho de qualidade com vista à melhoria contínua. E nesta perspetiva de crescimento resiliente, terminamos repetindo o que alguém já disse antes de nós: ***“Não se preocupe com os obstáculos da vida e sim em encontrar o caminho certo para seguir. Os desafios fazem parte e não devem ser lamentados.”***

Para o próximo ano letivo queremos continuar a contribuir para que a escola seja um espaço seguro e de suporte ao desenvolvimento de todas as crianças e jovens que por ele passam. Para isso, considerando as atividades que temos vindo a desenvolver bem como as necessidades identificadas nas várias áreas em que intervimos, pretendemos:

- Articular cada vez mais com os vários agentes educativos, apoiar, colaborar e prestar consultoria;
- Adiantarmo-nos às necessidades e investirmos na prevenção de comportamentos, através de um programa sólido e coerente de Bem-estar, dirigido a todos, crianças, adolescentes e adultos;
- Criar grupos de intervenção específica, para assim conseguirmos abranger um número maior de alunos num espaço de tempo menor;
- Continuar a cuidar do Bem-estar de Pessoal docente e Não Docente;

Para além de dar continuidade às ações desenvolvidas neste ano letivo, e considerando as necessidades identificadas, consideramos pertinente introduzir novas atividades para o próximo ano letivo, nomeadamente:

- No âmbito da Prevenção do Bullying e da violência em contexto escolar alargar a intervenção através de:

- Realização de sessões de sensibilização/informação sobre Cyberbullying às turmas do 4º ano, 6º, 8º e 9º anos;
  - Integração da equipa do Projeto PAR.
- Realizar um rastreio de Bem-Estar a Pessoal Docente e Pessoal Não Docente devolvendo os resultados individualmente, de modo a prevenir situações de burnout ou outras prejudiciais ao bem-estar pessoal e profissional. Associado a este:
- Reforçar a divulgação do Espaço Adulto a esta população na tentativa de dar uma resposta às necessidades sentidas.
  - Realizar ação de sensibilização e promoção de Bem-Estar para Pessoal Docente e Não Docente do Agrupamento.
- Desenvolver Ações dirigidas a Pais e Encarregados de Educação nas Escolas de Pré-Escolar e 1º Ciclo que sintam que esta é uma mais-valia quer para a prevenção e promoção de comportamentos positivos nas crianças, quer para o maior envolvimento positivo dos Pais na Escola.