

2º Encontro Internacional Saúde escolar



Sê Mente no Coração

Projeto de promoção de competências sociais e emocionais em meio escolar

Machado N.¹; Anjo S.¹

1 Agrupamento de Centros de Saúde do Alto Ave – ARS Norte



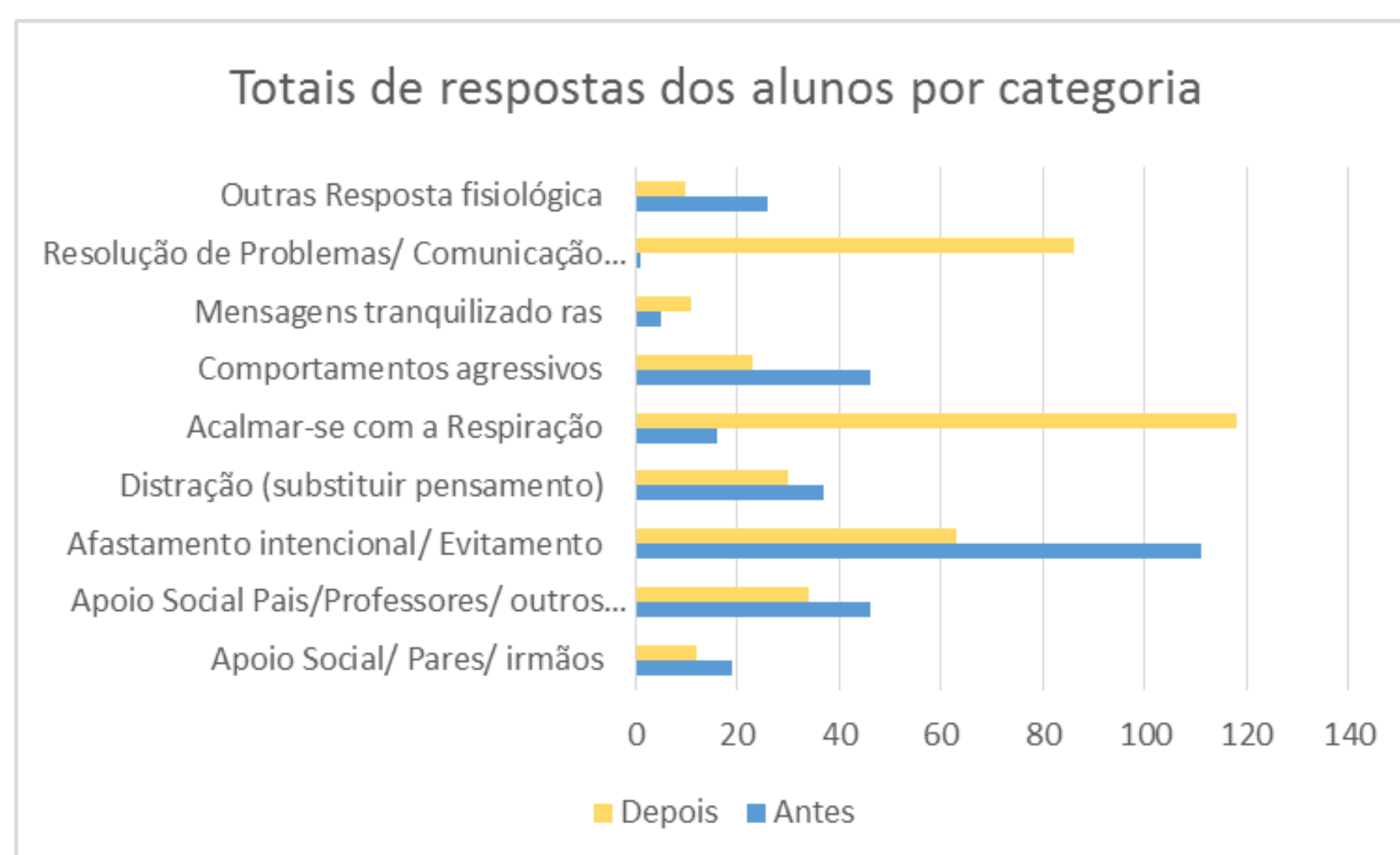
Introdução O projeto “Sê Mente no Coração” nasce de uma preocupação crescente das escolas e da saúde com a saúde mental num contexto pós pandemia, tendo como foco, a capacitação das crianças ao nível da regulação emocional, como contributo para o desenvolvimento da literacia emocional; a capacitação parental e da comunidade educativa, para serem essencialmente recurso de suporte e facilitadores de aprendizagens e de tomada de decisão. O Programa Nacional de Saúde Escolar (2015) considera a aprendizagem socio emocional fundamental para o sucesso dos alunos na escola, no trabalho e na vida.

Metodologia A recolha de dados no “SeMente” baseou-se num questionário de auto-relato, respondido pelos alunos e num questionário de auto-relato, respondido pelos professores titulares de turma, aplicado antes e após a intervenção. Os resultados versam sobre uma amostra de 96 crianças, entre os 8 e os 10 anos de idade, 7 professores, representantes de uma amostra, de escolas públicas do 3º e 4º ano. Para a cotação das respostas utilizamos a análise quantitativa e qualitativa das unidades de registo/unidades de conteúdo obtidas em cada item e seguidamente relacionamos os itens correspondentes a cada fator de modo a determinar quais os tipos de estratégias mais utilizadas, bem como a perceção da capacidade de regular as emoções em situações adversas.

Objetivos 1- Estabelecer em que medida surge o recurso a competências socio emocionais na regulação emocional antes e após a participação no “Sê Mente no Coração”;
2- Identificar quais as estratégias utilizadas antes e após;
3- Aferir a relevância do projeto na perceção dos professores titulares.



Os **resultados** apontam para que após a implementação do “SeMente no Coração” os alunos recorreram a estratégias promovidas ao longo das sessões do projeto, tendo diminuído a utilização de comportamentos agressivos e respostas de ativação fisiológica.



Implicações para a prática

“A apreciação que faço do projeto “Semente no Coração” é excelente. A implementação no presente ano letivo foi uma mais-valia nas vivências/relações entre os alunos. Este projeto foi ao encontro das suas necessidades, numa época tão difícil. Ultimamente era visível os alunos aplicarem os conhecimentos e/técnicas aprendidas nas sessões e por isso, é fundamental dar continuidade ao projeto. Parabéns pela iniciativa e às dinamizadoras da mesma.”

Após reflexão acerca dos resultados obtidos, estes permitem-nos concluir que os alunos retiveram as aprendizagens mais importantes e foram ao encontro dos objetivos iniciais (regulação das emoções) no sentido de aumentar a literacia emocional. Consequentemente, no ano letivo 2022/2023 pretendemos aplicar o projeto a todos os 3º anos do parque escolar da área de abrangência da UCC Novo Amanhecer