



ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS

**TRANSIÇÕES ESCOLARES**

**RECOMENDAÇÕES PARA PROFISSIONAIS**

**(ADMINISTRADORES ESCOLARES,**

**PSICÓLOGOS, EDUCADORES**

**E PROFESSORES)**

**N**os últimos meses, a **pandemia COVID-19** obrigou a alterações nos contextos educativos e nos **processos de ensino-aprendizagem**, gerando **novas interações** entre pais/cuidadores, professores e a escola ([LINK](#)). Na verdade, tendo em conta a forma como, desde Março de 2020, esta pandemia provocou mudanças nas dinâmicas relacionais e de aprendizagem, podemos considerar que **toda a comunidade educativa** (alunos, pais e cuidadores, profissionais) **está a vivenciar um processo de transição**, enfrentando **desafios excepcionais** na **finalização do ano lectivo de 2019/2020 e na preparação do ano lectivo de 2020/2021**.

A acrescentar a este processo de transição extraordinária, pela qual todos terão de passar (o regresso ao contexto escolar terá, obrigatoriamente, mudanças e diferenças face ao cenário pré-pandemia), **mantêm-se e acentuam-se os desafios das transições escolares normativas** – as que já fazem parte habitual do percurso escolar. Para este grupo de crianças e jovens o regresso à escola poderá ser mais desafiante, exigindo medidas específicas de suporte.

Deste modo, é necessário dedicar particular atenção à **adequação das práticas que existem (ou que necessitem de ser criadas) com vista à adaptação bem-sucedida das crianças e jovens que vivenciam estas transições escolares num cenário de incerteza**, promovendo uma reintegração escolar presencial (ou à distância) que assegure o **bem-estar e a saúde física e psicológica**.

**Os planos de transição escolar deverão ser centrados na premissa de que a escola é um espaço seguro, cuidador e de apoio ao desenvolvimento das crianças e jovens.** O reencontro presencial com os alunos e a suas famílias é um desafio, mas também uma oportunidade de aumentar a confiança e a noção de segurança. Nesse sentido, para além de sugerir a consulta do documento

“Desconfinamento: Regressar a (algumas) Rotinas Habituais – Recomendações para Pais e Professores” ([LINK](#)), deixamos algumas **recomendações específicas relativas aos processos de transição**, dirigidas a Administradores Escolares, Psicólogos, Educadores e Professores.

## 1 ● RECOMENDAÇÕES PARA ADMINISTRADORES ESCOLARES

- **Reveja e adequue o Plano de contingência, garantindo a sua compreensão e divulgação.** Reúna e esclareça dúvidas. Demonstre disponibilidade. Exponha o plano de contingência em locais visíveis, como por exemplo, na entrada do espaço escolar, na sala do pessoal/professores, nos locais mais visíveis para os alunos e para os pais e cuidadores.
- **Monitorize o estado emocional e físico da equipa, promovendo o diálogo e a colaboração e envolvendo todos no desafio de lidar com as possíveis situações resultantes do regresso.** Nesse sentido, utilize uma comunicação positiva com os diferentes profissionais e mostre interesse nas necessidades individuais. Respeite as diferentes reacções, promova a tolerância e discuta formas de resolver os problemas.
- **Incentive a partilha das novas necessidades pessoais e profissionais**, tendo em conta o momento de crise pandémica que está a ser experienciado. Promova a honestidade sobre a proximidade do ponto de exaustão (“já não aguento mais”). Na resolução de conflitos, adopte uma postura de negociação e não de competição.
- **Sensibilize para o facto de que as atitudes, sentimentos e comportamentos dos adultos têm impacto nas crianças e jovens.** Procure transparecer uma postura de tranquilidade, confiança, segurança e evite comportamentos de desinformação e de estigmatização. Relembre que o mais importante é focar-se no aqui e agora para reduzir a ansiedade.

- **Faça, frequentemente, um balanço com os diferentes profissionais da escola.** Reavalie as acções específicas. Reforce positivamente cada profissional, elogiando e valorizando o seu contributo. Relembre a importância de haver uma postura tranquila, com rotinas normalizadas (quanto possível) e propicie momentos de descontração. Relembre a equipa da importância do autocuidado.
- **Atualize os contactos de emergência** dos alunos.

## 2 ● RECOMENDAÇÕES PARA EDUCADORES DE INFÂNCIA, PROFESSORES E CUIDADORES FORMAIS

- **Restabeleça o contacto com os pais/cuidadores das crianças e jovens, dando e recebendo feedback** sobre possíveis alterações emocionais e comportamentais da criança/jovem. Procure perceber **quais são as preocupações dos pais/cuidadores** e se os seus educandos manifestam algum medo, tristeza, frustração ou angústia perante o regresso.
- **Procure saber se houve alguma situação específica que tenha causado impacto** no meio social mais próximo (família ou amigos). Considere, por exemplo, alterações na família que possam derivar da situação pandémica e suas consequências directas e indirectas (ex. divórcios, ausência de um dos elementos, mortes, residência alternada que não foi realizada).
- **Tranquilize os pais e cuidadores** referindo e informando de todos os procedimentos que estão a ser adoptados para o regresso ao espaço escolar e reforçando que contam com eles como parceiros nesta nova etapa.
- **Avalie o ponto de desenvolvimento da/o criança/jovem.** Poderá ter evoluído positivamente ou regredido. Recolha informações, quer por observação quer através dos pais/cuidadores. De acordo com as informações, planeie actividades ajustadas às necessidades.
- **Monitorize as alterações de comportamento da criança/jovem** (ansiedade ou angústia de separação; comportamentos que regrediram; comportamento agitado; alterações do humor; agressividade; e irritabilidade).
- **Vigie as reacções das crianças pequenas às mudanças que ocorrerão no contexto escolar,** nomeadamente do profissional responsável, de sala/instituição, de colegas ou contexto social e da forma de se relacionarem. Adicionalmente, existirão roupas e equipamentos de protecção às quais não estão habituados. Por isso, planeie uma integração gradual com os pais/cuidadores envolvidos. Adequando à faixa etária em questão, prepare o espaço de forma atractiva e acolhedora e, na preparação dos equipamentos de protecção, tenha em consideração elementos divertidos e estimulantes (ex., quase como se de um jogo se tratasse), para diminuir o seu impacto negativo.
- **Esteja atento à motivação, autonomia, autoconfiança e auto-controlo** da criança/jovem, uma vez que estes aspectos são fundamentais na sua disponibilidade para a aprendizagem.
- **Reforce a tolerância e a paciência.** As crianças tiveram alterações nas rotinas, nos limites impostos, no convívio familiar, nos hábitos e nas relações estabelecidas. É necessário respeitar o seu ritmo de adaptação.
- **Antecipe actividades** que permitam atingir os objectivos pedagógicos previstos, tendo em conta o **distanciamento social possível**, mas que permitam fomentar a relação de proximidade emocional, potenciadas por momentos de prazer, exploração emocional, estímulo físico e cognitivo. Torne claro para os alunos, que podem e devem conviver, desde que sempre com os devidos cuidados. Dada a extrema importância das relações entre pares será necessário ser criativo na natureza das actividades.
- **Incentive os alunos a expressar as suas emoções, proporcione sentimentos de confiança e segurança, disponibilizando-se para o diálogo e validando o que**

sentem. Se a idade das crianças o permitir, **dialogue e explore, com frequência, as suas preocupações e a forma como estão a vivenciar a fase de reintegração ou de começo de ano lectivo**, encorajando-as a pedir ajuda sempre que necessário. Recorra ao apoio do Psicólogo com intervenção em contexto escolar para melhor gerir e monitorizar as emoções, comportamentos e atitudes desadaptativas.

- Promova a **resiliência** (resistir, superar e recuperar).
- **Lembre-se de cuidar de si**, dentro e fora do contexto escolar. Preste atenção ao seu estado emocional e físico, respeite os seus limites. **Se precisar, peça ajuda – um Psicólogo pode ajudar.**

Se é **Docente Especializado** recomendamos a leitura das Recomendações para uma educação inclusiva dirigidas à comunidade educativa ([LINK](#)) e das Recomendações para Pessoas com Deficiência, Cuidadores e Decisores ([LINK](#)).

- Apoie os docentes do aluno na definição de estratégias de diferenciação pedagógica, no reforço das aprendizagens e na identificação de múltiplos meios de motivação, representação e expressão, tendo em conta o trabalho realizado no apoio à distância, e o que melhor resultou.

- Poderá assistir a alguma dificuldade no regresso de alguns alunos, principalmente aqueles para quem as alterações das rotinas possam ser mais desestruturantes. Procure oferecer estrutura e previsibilidade.

- Reajuste e monitorize as medidas de suporte à aprendizagem e à inclusão, implementadas ou a implementar, tendo em conta as que possam ter funcionado positivamente durante o período de apoio à distância;

- Reforce a articulação entre todos os intervenientes (ex., EMAEI – Equipas Multidisciplinares de Apoio à Educação, CRI – Centros de Recursos para a Inclusão, entre outros), partilhando informação sobre o estado emocional e social dos alunos e estratégias facilitadoras da adaptação, considerando as particularidades da criança/jovem.

## 2.1 ● RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS SOBRE A TRANSIÇÃO ESCOLAR DO ENSINO PRÉ-ESCOLAR PARA O 1º CICLO DO ENSINO BÁSICO

A situação e percurso das crianças que transitam para o 1º Ciclo do Ensino Básico poderão ser diversos. Não só é necessário **ter em consideração a individualidade e particularidades próprias de cada criança**, como as **caraterísticas da família**. Algumas terão passado pela creche e outras não, e mesmo as que frequentaram o jardim de infância, poderão tê-lo feito por um, dois ou três anos.

Esta transição escolar poderá também traduzir-se numa mudança de instituição educativa, sendo que algumas crianças virão de instituições privadas e outras de estabelecimentos públicos. Até mesmo a questão da **idade terá de ser considerada**, havendo situações muito distintas (desde algumas crianças que têm ainda 5 anos até outras que já terão completado 7 anos).

Assim, e na dificuldade acrescida na realização de avaliações formais, bem como na recolha de elementos de avaliação das competências adquiridas, **deverão ser tidas em conta as informações prévias para apoiar os pedidos de adiamento/antecipação da entrada no 1º Ciclo do Ensino Básico, bem como ponderar o contributo de um Psicólogo na avaliação da prontidão escolar**. É importante a avaliação e decisão conjunta entre pais e educadores acerca da possível matrícula dos **alunos em situação de transição condicional**, tendo em atenção não só os pré-requisitos de diversa ordem, mas ainda contemplando a resposta da criança ao longo período de afastamento dos espaços escolares, bem como a avaliação por parte da educadora e os dados do contexto familiar.

Desta forma, **mantenha presente o perfil do aluno no final da educação pré-escolar**, com a premissa de que esta, tendo sido uma educação de qualidade, é um preditor de sucesso na escolaridade e na qualidade de vida dos jovens e dos adultos.

As crianças aprendem a aprender, a relacionar-se e a fazer parte de um grupo, a formular as suas opiniões e a aceitar as dos outros, desenvolvendo um espírito democrático, num clima de participação e partilha.

**Tenha presente a formação pessoal e social**, que permitirá à criança uma participação adequada no 1º ciclo do Ensino Básico, nomeadamente a sua responsabilidade, atitudes e valores.

Relativamente à **área de expressão e comunicação** tenha particular atenção à observação directa, já realizada, de comportamentos, atitudes e aprendizagens, recorrendo aos registos que possui, bem como a relatórios e informações trimestrais.

Em termos de acções concretas que contribuem para uma transição escolar com maior sucesso, considere as seguintes:

- O educador pode conversar sobre a transição com as crianças, promovendo o seu envolvimento das crianças;
- Poderá ser realizada uma visita virtual à nova escola;
- Os Educadores e professores do 1º ciclo do Ensino Básico poderão desenvolver em conjunto e em articulação com o Psicólogo da(s) escola(s)/agrupamento(s) escolar(es), estratégias de transição, numa óptica de articulação entre profissionais de ambos os ciclos;
- Promova o envolvimento dos pais/encarregados de educação;
- Consulte as orientações da Direcção-Geral da Educação ([LINK](#)).

## 2.2 ● RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS SOBRE A TRANSIÇÃO ESCOLAR DO 1º CICLO PARA O 2º CICLO DO ENSINO BÁSICO

No que se refere especificamente a esta transição escolar, deverá ter em conta os aspectos mais críticos tais como: as mudanças de **monodocência para pluri-docência**, a (eventual) **mudança de escola**, a maior **diversidade de idades** no mesmo contexto escolar, e as **diferenças no espaço da escola** (tais como a amplitude e diversidade dos edifícios das instalações escolares).

Poderá ainda ser relevante antecipar as **expectativas sobre o desempenho e autonomia** dos alunos a partir do 2º ciclo do Ensino Básico.

## 2.3 ● RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS SOBRE A TRANSIÇÃO DO 3º CICLO DO ENSINO BÁSICO PARA O ENSINO SECUNDÁRIO

Nesta transição escolar em particular, tenha em atenção se houve consideração pelas possibilidades de escolha que os alunos poderão fazer para um percurso no Ensino Secundário (ex., Cursos Científico-Humanísticos, Ensino Profissional ou Cursos Artístico-Especializados). Poderá ser necessário assegurar-se que esta **decisão foi tomada com base no autoconhecimento e na exploração de alternativas**. Articule com o Psicólogo da escola/agrupamento escolar caso veja ser necessária uma intervenção vocacional.

Se for **director de turma** verifique, em articulação com o **Psicólogo com intervenção em contexto escolar**, se os alunos da sua direcção de turma estão conscientes da escolha que vão fazer e se já tomaram a decisão. Garanta que os alunos tenham tido total conhecimento das possibilidades, bem como das escolas que disponibilizam as suas escolhas e o necessário para proceder às devidas inscrições.

Não exclua a possibilidade de, num momento pós-transição (e particularmente durante o 1º período, em que é possível a troca de curso sem prejuízo do aproveitamento), haver uma alteração do percurso seleccionado por cada jovem.



## 2.4 ● RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS SOBRE A TRANSIÇÃO ESCOLAR NO FINAL DO ENSINO SECUNDÁRIO (“VIDA PÓS-ESCOLAR”)

### >> TRANSIÇÃO PARA O ENSINO SUPERIOR

Os jovens que se encontrem a transitar para um projecto de prossecução de estudos a um nível superior vivenciarão **desafios acrescidos aos que habitualmente acompanham esta transição escolar**. No regresso à escola (ainda no Ensino Secundário) alguns estarão a lidar com a indecisão vocacional, e muitos com a ansiedade perante o seu desempenho nos exames nacionais que constituem provas de ingresso – crescendo a toda a ansiedade que advém da readaptação ao espaço da escola num cenário de pandemia.

Esteja atento às dimensões emocionais reveladas pelos jovens, tais como:

- Ansiedade perante os exames;
- Ansiedade por falta de interações presenciais com grupos de pares;
- Ansiedade perante a própria pandemia;
- Ansiedade perante a alteração das regras para exames;
- Situações de vulnerabilidade prévia.

### >> TRANSIÇÃO PARA O MERCADO DE TRABALHO

Estes alunos poderão já nem regressar ao espaço escolar e ao sistema presencial no presente ano lectivo. Desta forma, procure assegurar que não se efetua uma transição abrupta, e que os alunos possuem **competências essenciais para a sua inserção futura e**

**e emergente no mercado de trabalho**, tais como:

- Verifique se **estão bem e seguros** com a sua decisão (deixando claro que não é uma decisão irreversível);
- Verifique se necessitam de um **último aconselhamento**, com o Psicólogo escolar ou do CRI, ainda antes do ano lectivo terminar;
- Considere a possibilidade de **partilha de exemplos de CV's**, ou sites de como os construir;
- Valorize a **colaboração com o Psicólogo da escola**, articulando as estratégias a serem delineadas;
- Recomende aos alunos a **inscrição no Instituto de Emprego e de Formação Profissional (IEFP)**, e se possível articule com o Psicólogo da escola ou do CRI para que este possa constituir uma “ponte” com os serviços do IEFP.

### >> TRANSIÇÃO PARA A VIDA PÓS-ESCOLAR

No caso dos alunos com medidas adicionais, poderá assistir a diferentes cenários e será importante estar atento a todos. Existirão alunos que atingirão a maioria ou finalizarão o ensino secundário, e desta forma também já não regressam ao sistema de aulas presenciais. Mantendo sempre a **articulação e cooperação** com a EMAEI, bem como dos serviços que auxiliam esta transição (como por exemplo o psicólogo escolar ou os técnicos do CRI) e seguindo as recomendações já lançadas no documento para uma educação inclusiva ([LINK](#)) deixamos as seguintes recomendações:

- Mantenha o **contacto com as famílias** e tente perceber que decisão o jovem irá tomar com a finalização da escolaridade obrigatória;
- Se a escolha do aluno e da família for **ingressar num curso profissional**, proceda ao encaminhamento para o IEFP e centros de formação profissional, articulando com o psicólogo em contexto escolar ou o psicólogo do CRI;

- Se a escolha/necessidade do aluno e da família for o **ingresso no centro de actividades ocupacionais**, facilite o contacto de e com as instituições com este recurso;
- Se a escolha do aluno e da família for a **transição para a vida activa**, pretendendo integrar o mercado de trabalho, procure articular com a comunidade com vista a uma possível integração dos jovens com maiores dificuldades, nomeadamente autarquias e centros comunitários.

### 3 ● RECOMENDAÇÕES GERAIS PARA PSICÓLOGOS

#### No que se refere, mais globalmente, à readaptação ao contexto escolar:

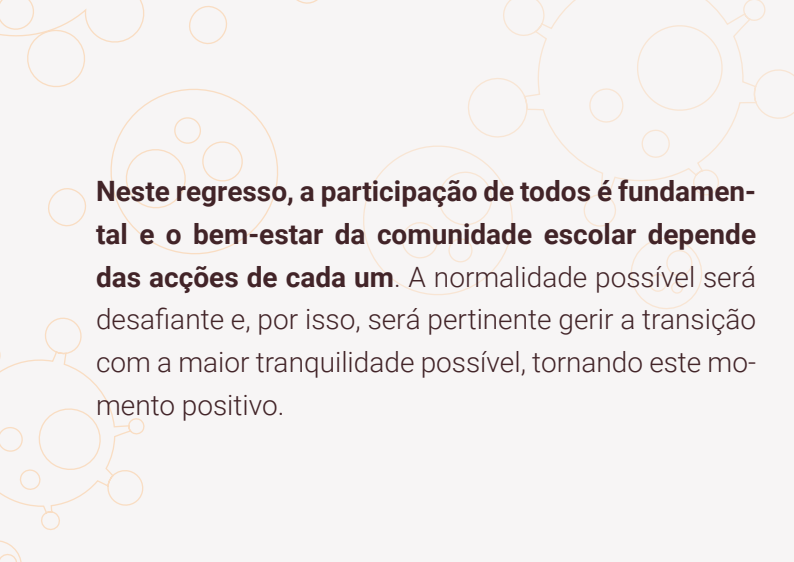
- Identifique situações específicas que necessitem de especial cuidado pelo impacto que causaram na vida das crianças/jovens por exemplo, luto, alterações na dinâmica familiar ou fragilidades económicas;
- **Procure identificar que crianças/alunos estão a ter dificuldades no processo de adaptação;**
- Nos **pedidos de adiamento para a entrada para o 1º ciclo**, verifique se existem avaliações formais, rastreios ou outros elementos de apoio à decisão;
- No caso dos **alunos com necessidades específicas**, nomeadamente aqueles com medidas adicionais, tenha atenção ao seu estado emocional assim como o das suas famílias.

#### No que se refere mais especificamente às transições escolares:

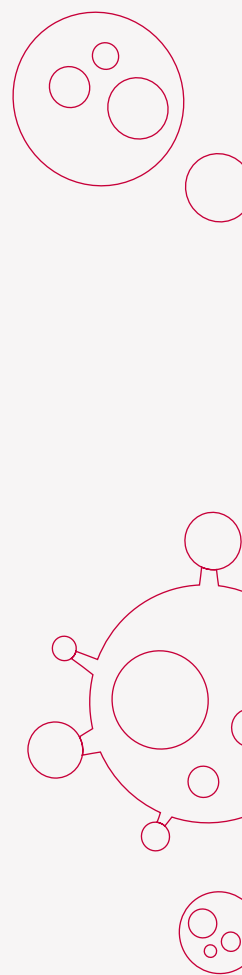
- Em conjunto com o professor titular/director de turma procure manter uma **articulação constante** com os alunos, pais ou encarregados de educação, técnicos e administradores escolares.

- Procure estar atento e sensível a esta fase de transição para outro ciclo que poderá ocorrer noutra escola, esforçando-se por **atenuar os efeitos de eventuais emoções negativas**, sobretudo após um período longo de afastamento e confinamento;
- Para os **alunos finalistas**, em conjunto com outros profissionais, poderá **preparar a mudança de ciclo** e a mudança de estabelecimento de ensino, caso se aplique;
- **Articule com os estabelecimentos de ensino de destino e elabore planos de facilitação de integração no novo ciclo** com, por exemplo, visitas virtuais, vídeo de apresentação dos alunos e dos professores.
- **Contemple a divulgação/informação dirigida aos pais**, com conteúdos úteis e mensagens tranquilizadoras;
- **Crie actividades, em conjunto com a família e a criança, para exploração e ajuste das expectativas e gestão das emoções;**
- **Organize um sistema de tutorias** entre os alunos da escola e os recém-chegados para o próximo ano lectivo;
- **Realize grupos de discussão entre os alunos** para partilhar expectativas, receios, curiosidades, conhecimentos;
- **Prepare uma recepção do aluno** que promova a sensação de pertença;
- Sempre que necessário, **sensibilize para a procura de apoio especializado.**

(Sugere-se ainda a consulta das Recomendações para Psicólogos com Intervenção em Contexto Escolar ([LINK](#)), das Recomendações para uma educação inclusiva dirigidas à comunidade educativa ([LINK](#)), e das Recomendações para a Intervenção Psicológica Vocacional e de Desenvolvimento da Carreira ([LINK](#)))



**Neste regresso, a participação de todos é fundamental e o bem-estar da comunidade escolar depende das acções de cada um.** A normalidade possível será desafiante e, por isso, será pertinente gerir a transição com a maior tranquilidade possível, tornando este momento positivo.







ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS

**Documento elaborado com o apoio de:**

**Vanessa Neves ; CP11765**

**Nathalie Marques ; CP14734**