

Programa de promoção de bem-estar em idade escolar para uma educação inclusiva

Sónia Galinha¹, Paula Vaz²
sonia.galinha@ese.ipsantarem.pt, paulavaz@ipb.pt

¹*Centro de Investigação em Educação da Universidade da Madeira (CIE-UMa);
Centro de Investigação em Qualidade de Vida (CIEQV); Escola Superior de Educação,
Instituto Politécnico de Santarém, Portugal*
²*CIEB, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal*

Resumo

Constitui-se como objetivo central desta comunicação apresentar o Programa de Promoção de Bem-Estar em Idade Escolar – Adolescência (PEBEPSI-A), que visa promover a Qualidade de Vida e o Sucesso Académico dos Adolescentes dos 2.º e 3.º Ciclos do Ensino Básico, estimulando a reflexão e a mudança de atitudes necessárias à aquisição e à otimização de competências pessoais e relacionais com vista ao desenvolvimento e à compreensão de fatores que influenciam os comportamentos e suas dinâmicas. A Escola deve ser um espaço alegre e seguro. Para uma Escola Saudável, o bem-estar deve ser valorizado através de um trabalho positivo conjunto (Galinha, 2005, 2016, 2019). O PEBEPSI-A é um programa que assenta numa abordagem do desenvolvimento da inteligência emocional, onde a formação é defendida como condição do desenvolvimento de competências e valores do processo de tomada de decisão do ser humano ao longo da vida. Os adolescentes pensam e sentem de maneira diferente uns dos outros e apresentam necessidades psicológicas e emocionais distintas, onde as intervenções precoces podem diminuir efeitos adversos. O PEBEPSI-A focaliza-se essencialmente na operacionalização de fatores psicológicos e sociais com impacto ao nível da Educação e da Saúde. Estruturalmente, este programa compreende na sua construção pedagógica e num recorte específico, os módulos: autoconceito(s); autoestima; bem-estar intrapessoal, bem-estar interpessoal, autorregulação, otimismo, motivação, sucesso académico, autoeficácia e suporte social, eixos importantes da cognição e da afetividade que fundamentamos. Para além da caracterização do programa, apresentaremos dados resultantes de diferentes estudos que têm vindo a ser realizados, com vista à sua validação: um primeiro estudo preliminar de carácter exploratório, a primeira aplicação e avaliação do PEBEPSI-A em contexto escolar, o estudo piloto do PEBEPSI-A em contexto escolar e finalmente o estudo principal quasi-experimental do PEBEPSI-A em contexto escolar. Tendo por base o conhecimento construído acerca deste programa, reflete-se, por fim, sobre as possibilidades de novos estudos e de novos contextos de implementação do mesmo no contexto de uma Educação Inclusiva.

Palavras-Chave: educação, saúde, competências pessoais, programas.

Referências

Galinha, S.A (2005). PEBEPSI-A. Estudos Preliminares de Desenho e Implementação do Programa de Promoção de Bem-Estar Psicossocial em Idade Escolar – Adolescência. In *Atas III Jornadas de Psicologia: Pessoas e Instituições – A Gestão de Situações Difíceis*. Instituto Piaget – Campus de Viseu. ISEIT Instituto Superior de Estudos Interculturais e Transdisciplinares e CIFAP Centro de Investigação Avançada em Psicologia.

- Galinha, S.A. (2019). Maximization of protective factors for well-being through the PEBEPSI-A program. INFAD 2019. XXVI – Congreso Internacional de Psicología y Educación. Acedido em 15-6-2019. Disponível em http://www.infad.eu/26_Congreso_INFAD/
- Galinha, S. A.; Dias, J.H.; Haydée-Viegas, L. & Cavadas, B. (2016). Estudos de Aplicação e Avaliação do PEBEPSI-A – Programa de Promoção do Bem-estar. Encontro com a Ciência e Tecnologia em Portugal 2016. Centro de Congressos de Lisboa. Acedido em 3-7-2016. Disponível em <http://www.encontrociencia.pt/2016/>