


Estrutura modular do PEBEPSI-A -Adolescentes – em Língua Portuguesa

Sónia Galinha^{1*}

Escola Superior Educação IPSantarém e
Universidade da Madeira CIE – UMa, Portugal



**I FÓRUM
GLOBAL DE
PSICOLOGIA**

A CIÊNCIA E O EXERCÍCIO PROFISSIONAL

10 e 11 de MAIO 2023

ISP JEAN PIAGET DE BENGUELA

SUBMISSÃO DE RESUMOS
✉ fg.psicologia@unipiaget-angola.org

+Info: ana.quinene@unipiaget-angola.org | arnaldo.antonio@unipiaget-angola.org

WWW.FORUMGLOBALPSICOLOGIA.PIAGETBENGUELA.ORG



INTRODUÇÃO

Os adolescentes apresentam necessidades psicológicas e emocionais distintas, onde as intervenções precoces podem diminuir efeitos adversos.

Para uma escola saudável, o bem-estar deve ser valorizado através de um trabalho positivo conjunto com os estudantes e deverá compreender a estimulação necessária à aquisição e à otimização de competências (power skills) com vista também ao seu desenvolvimento bio-psicossocial (Galinha, 2005, 2019, 2021).

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. Focaliza-se essencialmente na operacionalização de fatores psicológicos e sociais com impacto ao nível da Educação e da Saúde.



ESTRUTURA MODULAR EM LÍNGUA PORTUGUESA

Cada módulo contém uma componente teórica que servirá de suporte aos conteúdos e às competências a trabalhar em cada sessão em função das características dos grupos e dos contextos. São propostas em cada módulo, atividades práticas de treino.

Estruturalmente, este programa compreende na sua construção pedagógica 10 componentes modulares:

M1_autoconceito(s); M2_autoestima;

M3_bem-estar intrapessoal, M4_bem-estar interpessoal,

M5_autorregulação, M6_otimismo,

M7_motivação, M8_sucesso académico,

M9_autoeficácia e M10_suporte social, eixos importantes da cognição e da afetividade.



ESTRUTURA MODULAR EM LÍNGUA PORTUGUESA

Pretende-se que no final do programa os participantes sejam capazes de:

- Identificar as características da personalidade através dos domínios do (s) autoconceito (s);
- Valorizar as áreas em que melhor se percebem a fim de aumentar a autoestima global;
- Lidar assertivamente com as emoções;
- Colaborar nas tarefas de um grupo;
- Manter a tranquilidade em situações mais stressantes;
- Procurar atingir com otimismo os objetivos para a vida futura;
- Interessar-se pela elaboração de tarefas;
- Prosseguir os estudos de acordo com o Projeto de Vida e de Carreira;
- Reforçar a autoconfiança;
- Reconhecer os suportes sociais significativos.



ESTRUTURA MODULAR EM LÍNGUA PORTUGUESA

O PEBEPSI-A tem a duração total de doze sessões traduzidas em doze tempos letivos de 90 minutos cada. Deverá ser dinamizado, preferencialmente, em grupos de 10 a 14 elementos podendo, contudo, concretizar-se com um número superior. É calendarizado durante o ano letivo de acordo com a sua estrutura e com as necessidades e os interesses dos alunos e da escola.

Na implementação do PEBEPSI-A deve-se recorrer a técnicas e métodos ativos que favoreçam a comunicação, a escuta ativa e a interação de experiências entre os participantes, sendo a utilização do método expositivo limitada.

As atividades práticas visam estimular a reflexão e a mudança de atitudes necessárias à aquisição e desenvolvimento de competências. Consta em cada sessão a planificação específica do material e equipamento necessários ao funcionamento de cada módulo.



ESTRUTURA MODULAR EM LÍNGUA PORTUGUESA

Importa referir que o grupo de trabalho constituído pelos intervenientes nas sessões do PEBEPSI-A deve respeitar a confidencialidade dos dados apresentados pelos elementos envolvidos.

A avaliação faz parte integrante do processo formativo e tem como finalidade validar os conhecimentos e as competências adquiridas e desenvolvidas pelos participantes e o impacto exterior do programa ao longo e no final da sua aplicação.

A avaliação da formação com base numa avaliação contínua com valor formativo reveste-se duma importância fundamental na medida em que o aluno é confrontado com o seu grau de êxito facilitando o reajustamento do seu percurso e enriquecimento pessoal. Os dados e os resultados obtidos constituem também um dos elementos de validação da própria formação.



ESTRUTURA MODULAR EM LÍNGUA PORTUGUESA

Seguindo os pressupostos enunciados, a partir de 2002-2003 este programa foi concebido e operacionalizado experimentalmente em várias escolas do país de forma a conseguir-se a sensibilização, o desenvolvimento ou treino no sentido do Bem-Estar Psicológico em alunos do 2.º e 3.º CEB, podendo ser administrado nas escolas aderentes ou em instituições com financiamento privado ou público.

Foram realizados vários estudos com o PEBEPSI-A, no sentido de realizar a sua validação:

- 1) Primeiro estudo preliminar de carácter exploratório,
- 2) Primeira aplicação e avaliação do PEBEPSI-A em contexto escolar,
- 3) Estudo principal quási-experimental do PEBEPSI-A em contexto escolar.



OBJETIVOS

Tendo por base o desenvolvimento global na adolescência e o sucesso acadêmico dos participantes:

METODOLOGIA E MATERIAIS

Foi realizado um estudo 25 estudantes (N=24; GE12 + GC12) 15-16 anos; 44% masc; 56%fem; portugueses, voluntários, com garantia condições éticas ao estudo aplicação PEBEPSI-A.



A aplicação decorreu em contexto escolar coletivamente e durante tempos letivos. Para o preenchimento inicial e final da EBEPS-A havia a duração prevista de 30 minutos.

Todos os alunos do grupo experimental e controlo preencheram a EBEPS-A na fase de pré-teste e, numa fase de pós-teste, para se poderem observar os ganhos com a aplicação do programa no grupo experimental, existindo paralelamente, contudo, um grupo de controlo onde o programa não era administrado.

Contou-se com um psicólogo treinado para o efeito, tendo sido implementadas as doze sessões em horário extra letivo em contexto escolar, numa média de duas sessões por semana.



RESULTADOS

Com a aplicação do PEBEPSI-A os participantes revelaram, dum pré para pos-teste, com a EBEPS-A aumentar a pontuação quanto a:

M1_ Identificação das áreas do(s) autoconceito(s); M2_ Valorização das áreas em que melhor se percebem de forma a aumentar a autoestima global;

M3_ Assertividade; M4_ Colaboração nas tarefas de um grupo, numa participação dinâmica; M5_ Autorregulação em situações mais estressantes;

M6_ Procura de objetivos para a vida futura com otimismo. M7_ Interesse pela elaboração das tarefas;

M8_ Prosseguimento de estudos de acordo com o projeto de vida; M9_ Fortalecimento da autoconfiança e M10_ Reconhecimento de suportes sociais significativos.



Em relação ao grupo onde foi administrado o programa, o grupo experimental, as médias da EBEPS-A subiram todas do pré para o pós-teste em todas as escalas e subescalas.

Na comparação entre os dois momentos, pré-teste e pós-teste, os dados obtidos com a aplicação do PEBEPSI-A evidenciaram a existência de diferenças estatisticamente significativas entre os dois momentos, no grupo experimental, surgindo com média mais elevada, sempre, o segundo momento, garantindo assim as qualidades do programa. (Média=70.71; DP=6.327; t-test =15.430; p=0.000).



CONCLUSÕES

Estatisticamente verifica-se uma adequação medida pela EBEPS-A (Galinha, Dias, Haydée-Viegas; & Cavadas, 2016).

Pretende-se também continuar a observar a eficácia do programa. Considera-se a possibilidade de novos estudos e contextos de implementação em países de língua oficial portuguesa (Galinha & Vaz, 2019).

AGRADECIMENTOS

Este trabalho é financiado por fundos nacionais através da FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., no âmbito do projeto UIDB/04083/2020.

REFERÊNCIAS

Galinha, S.A. (Coord.). (2021). *Bem-estar, Educação e Direitos da Criança*. Santarém: JOIA. ISBN: 978-989-53210-1-8. Disponível em https://www.researchgate.net/publication/355208176_ISBN_978-989-53210-1-8_Bem-estar_Educacao_e_Direitos_da_Crianca/link/6169080766e6b95f07cb72d9/download

Galinha, S. A. (2019). Maximization of protective factors for well-being through the PEBEPSI-A program. *International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología*, N°2, Monográfico 1 (2): 91-98. ISSN: 0214-9877. Disponível em <http://hdl.handle.net/10400.15/3124>

Galinha, S.A. (2005). PEBEPSI-A. Estudos Preliminares de Desenho e Implementação do Programa de Promoção de Bem-Estar Psicossocial em Idade Escolar – Adolescência. *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.; 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*. Disponível em <http://www.encontrociencia.pt/2016/>





REFERÊNCIAS (cont.)

Galinha, S.A.; & Vaz, P. M. (2019). Programa de promoção de bem-estar em idade escolar para uma educação inclusiva. In Carlos Teixeira; Vitor Gonçalves; Paula O. Fernandes; Alexandra Rodrigues; Carla Guerreiro; & Lídia Santos (Eds.) *II Encontro Internacional de Língua Portuguesa e Relações Lusófonas - LUSOCONF2019: Livro de resumos.* pp. 91-92 Bragança. Disponível em <http://hdl.handle.net/10198/16528>

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.* Disponível em <http://www.encontrociencia.pt/2016/>

Galinha, S.A.; & Vaz, P. M. (2019). Programa de promoção de bem-estar em idade escolar para uma educação inclusiva. In Carlos Teixeira; Vitor Gonçalves; Paula O. Fernandes; Alexandra Rodrigues; Carla Guerreiro; & Lídia Santos (Eds.) *II Encontro Internacional de Língua Portuguesa e Relações Lusófonas - LUSOCONF2019: Livro de resumos.* pp. 91-92 Bragança. Disponível em <http://hdl.handle.net/10198/16528>