



**RELATÓRIO ANUAL SERVIÇO DE PSICOLOGIA  
E ORIENTAÇÃO (SPO)  
2018/2019**

**IDS – Instituto para o Desenvolvimento Social**

Elaborado por: Joana Teixeira

Agosto de 2019



## ÍNDICE

INTRODUÇÃO .....	2
ATENDIMENTOS AOS ALUNOS .....	3
DADOS RELATIVOS AOS ALUNOS QUE RECORRERAM AO SPO .....	4
PRINCIPAIS PROBLEMÁTICAS .....	5
PAPEL DO SPO .....	7
ANÁLISE SWOT .....	8
ANÁLISE DO PLANO DE ATIVIDADES 2018/2019.....	10
PLANOS PARA O FUTURO.....	14
CONCLUSÃO .....	15



## INTRODUÇÃO

O presente relatório refere-se ao ano letivo de 2018/2019, tendo o seu início em setembro de 2018 e término em julho de 2019. Os dados apresentados foram recolhidos até ao final do mês de junho.

Em primeiro lugar, irei apresentar os dados referentes aos alunos, nomeadamente, o número de atendimentos e o número de alunos atendidos, bem como os dados referentes aos próprios alunos (sexo, idade e curso) e às problemáticas com mais expressão.

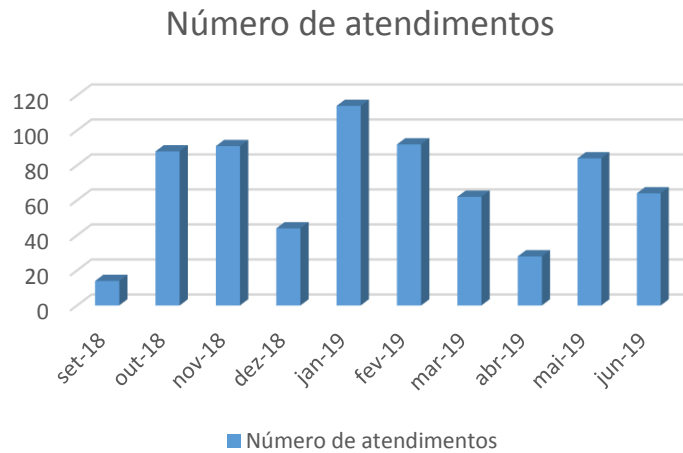
De seguida, irei focar-me no papel do SPO e num pequeno balanço sobre o ano letivo.

Por fim, irá ser analisado o plano de atividades do ano de 2018/2019, abordados os planos para o futuro, terminando com uma pequena conclusão.

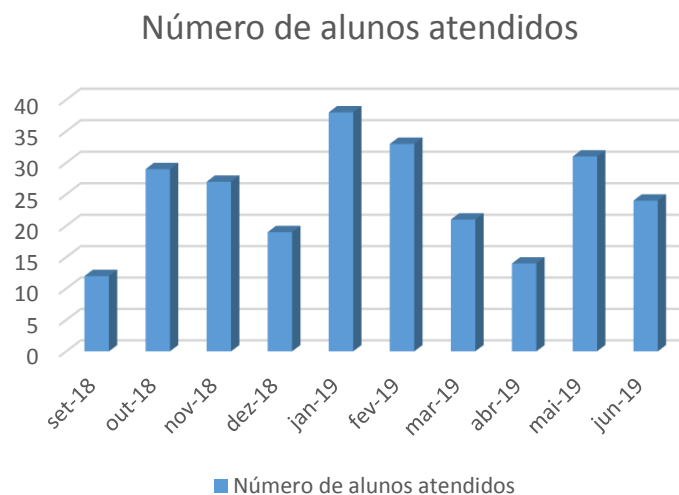
## ATENDIMENTOS AOS ALUNOS

Considera-se por atendimento o período de tempo em que o aluno se desloca ao SPO e está com a psicóloga, havendo uma intervenção por parte da mesma. O tempo do atendimento poderá ser variável, consoante a disponibilidade do aluno ou a gravidade da situação em causa.

Ano letivo 2018/2019:



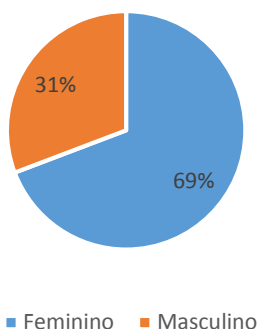
Foi registado um total de 681 atendimentos no período a que este relatório se refere. A média mensal de atendimentos é de 68, sendo que podemos observar um decréscimo grande de atendimentos nos meses de dezembro e abril (férias de natal e de páscoa).



O número de alunos atendidos é sempre menor ao número de atendimentos, uma vez que o mesmo aluno pode ter (e tem, na sua maioria) vários atendimentos. No total foram atendidos **78** alunos. Dado que a escola tem um total de 150 alunos, este valor representa **52% dos alunos que frequentam a escola**.

## DADOS RELATIVOS AOS ALUNOS QUE RECORRERAM AO SPO

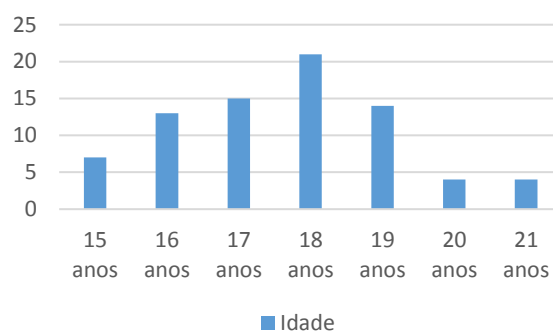
### Sexo



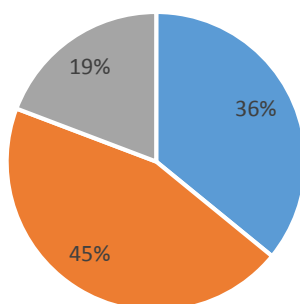
Mais de metade dos alunos (cerca de 69%) dos que recorreram ao SPO são do sexo feminino.

A dispersão das idades poderá estar relacionada com a própria dispersão das idades dos alunos que frequentam a escola.

### Idade



### Curso



■ Animação Sociocultural ■ Espetáculo e Interpretação ■ Serviços Jurídicos

A maioria dos alunos que recorreram ao SPO (45%) são do curso de Espetáculo e Interpretação. Este pode ser um dado muito significativo para adequar a intervenção e mesmo para toda a comunidade escolar. Seguem-se os alunos de Animação Sociocultural, sendo que são os alunos de Serviço Jurídico que menos recorrem ao SPO. É importante ter em consideração que apenas existem duas turmas de Serviços Jurídicos, enquanto dos outros dois cursos existem três turmas, o que pode enviesar um pouco estes resultados.

## PRINCIPAIS PROBLEMÁTICAS

Ao longo deste ano letivo, as principais problemáticas apresentadas foram:

### 1. Ansiedade

As questões de ansiedade foram, sem sombra de dúvida a maior preocupação deste ano letivo. Atualmente, temos na escola (acompanhados pelo SPO) três alunos com diagnóstico de perturbação de pânico (geralmente em comorbilidade com outras perturbações – perturbações do humor, da personalidade, entre outras). Não houve nenhum mês em que não tenha havido a ocorrência de pelo menos um ataque de pânico, sendo que no mês onde foi registado um maior número de ocorrências foi em março (com 17 ataques de pânico durante o mês).

### 2. Perturbações do humor

As perturbações do humor estão muitas vezes ligadas a questões de ansiedade. São também relativamente preponderantes em jovens e adolescentes, principalmente no que diz respeito aos episódios depressivos e perturbação depressiva major.

### 3. Questões familiares / do dia-a-dia

Estas são das principais questões referenciadas no SPO, nomeadamente questões ligadas às relações interpessoais e familiares. Na adolescência, o jovem começa a autonomizar-se e a criar uma rede mais consistente de apoio social. As relações interpessoais expandem-se e ganham uma relevância maior. Assim, é exetável que esta seja uma das principais razões para se dirigirem a uma profissional, uma vez que estão a aprender a criar e a gerir as suas relações.

A situação em casa, com a família, sofre também alterações, pois os papéis estão a ser alterados e tudo isto pode trazer mau estar.

### 4. Dificuldades de concentração

Alguns alunos dirigiram-se ao SPO reportando dificuldade em concentrar-se e com dúvidas sobre a possibilidade de terem ou não algum tipo de distúrbio de concentração. Outros alunos ainda têm distúrbios já diagnosticados e pedem apoio para arranjar estratégias para o ultrapassar.

### 5. Motivação

A motivação é essencial para um percurso escolar de sucesso. Muitas vezes, perante as adversidades que o próprio processo escolar apresenta, ou que a vida no geral apresenta, a



motivação é difícil de manter. Os problemas relacionados com a falta de motivação são muitas vezes reportados, o que reforça a importância de uma articulação estreita entre o SPO e toda a comunidade escolar, bem como com os contextos do aluno fora da escola, principalmente em relação ao meio familiar.

#### 6. Comportamentos autodestrutivos

Este tipo de comportamentos está muitas vezes relacionado com as perturbações da ansiedade e do humor. São expressões claras de que algo não está bem. A quantidade e alunos que tem comportamentos autodestrutivos (nomeadamente consumo de substâncias, automutilação e até ideação suicida) é considerável, pelo que devemos dar uma especial atenção a esta temática.

## **PAPEL DO SPO**

Para que o SPO possa fazer um bom trabalho e para que possa ser o mais eficiente e eficaz possível, é importante ter o seu papel bem definido.

Como membro da comunidade escolar, o SPO está em permanente articulação e colaboração, devendo ter um papel ativo com os alunos, com os encarregados de educação e com toda a escola.

De acordo com a legislação em vigor, o psicólogo desenvolve a sua atividade em três domínios: apoio psicológico e psicopedagógico, apoio ao desenvolvimento de sistemas de relações da comunidade educativa e orientação da carreira.

O psicólogo na escola avalia, planifica intervenções e colabora com todos, com base em evidência científica a técnica, promovendo o desenvolvimento cognitivo, social e emocional dos alunos, colaborando com o pessoal docente e não docente, família e parceiros para criar ambientes de aprendizagem seguros, saudáveis e contentores (DGE, Referencial Técnico para os Psicólogos Escolares, 2016).

Na intervenção relativa aos alunos, o psicólogo deve ter em conta o aconselhamento, a orientação e monitorização dos problemas emocionais, de comportamento e a sua dinâmica social, como linhas orientadoras. Deve promover o sucesso escolar, o bem-estar e a resiliência, reforçando a comunicação e os skills sociais, promovendo técnicas de resolução de problemas e autorregulação dos próprios sentimentos. Por fim, deverá apoiar na transição da escola para a comunidade e na procura de recursos.

Já no que concerne aos encarregados de educação, poderá trabalhar na habilitação dos pais com skills e competências educativas, reforçando a colaboração entre a família e a escola. A sensibilização para as principais problemáticas apresentadas pelos alunos e para questões relacionadas com a saúde mental e com a adolescência é também um dos papéis fundamentais.

Por fim, no que diz respeito à escola, o psicólogo deverá identificar e resolver questões que bloqueiam a aquisição de saberes, realizar intervenções de natureza académica e comportamental e criar estratégias de gestão de sala de aula positivas.

## ANÁLISE SWOT

Esta análise SWOT pretende mostrar quais os pontos fortes, pontos fracos, ameaças e oportunidades encontradas pelo SPO neste ano de atividade.



Como principais pontos fortes, podemos destacar a relação criada com os alunos, que promoveu em muito a adesão ao SPO. A articulação com o corpo não docente foi também bastante benéfica, uma vez que é uma escola pequena em que os funcionários têm uma relação muito próxima com os alunos e alguns dos encaminhamentos resultaram daí. Por fim, a abertura da direção aos projetos que o SPO propõe, é também um dos pontos fortes.

O SPO faz parte da comunidade escolar e, como tal, deve trabalhar em articulação com todos os membros que a constituem. Assim, um dos pontos fracos foi a pouca integração do SPO na dinâmica da escola. Apesar de participar nos conselhos de turma, considero que uma articulação mais próxima com o corpo docente e com as dinâmicas implementadas na escola, será muito benéfico. Os testes psicológicos podem guiar uma avaliação psicológica e, se os tivermos, a qualidade do SPO ao nível científico e a eficácia de intervenção aumentam. A falta de uma professora de NEE é sentida na medida em que devemos criar percursos alternativos para alunos com necessidades específicas e um trabalho em articulação com o SPO seria uma mais valia para estes casos.



Nas ameaças, podemos realçar a dificuldade de comunicação entre a comunidade escolar, como foi expresso anteriormente. A prevalência de questões relacionadas com a ansiedade fez com que o SPO se dedicasse (quase em exclusivo em alguns meses) a elas, pelo que representou uma ameaça para o normal funcionamento e para a persecução de outras atividades. A falta de comunicação entre os SPO's das diferentes escolas profissionais, pode também ser uma ameaça. As ameaças podem tornar-se em oportunidades, se assim as trabalharmos.

As oportunidades aqui identificadas prendem-se com a integração do SPO na dinâmica da escola e com a criação de rotinas.

## ANÁLISE DO PLANO DE ATIVIDADES 2018/2019

### INTRODUÇÃO

1. Apoiar psicopedagógica e psicossocialmente alunos devidamente sinalizados pelos professores diretores de turma variados motivos.
2. Aconselhar/orientar alunos que diretamente se dirigem a pedir ajuda ao SPO.

**Avaliação:** Como referido no início deste relatório, foram realizados 681 atendimentos a 78 alunos. As duas atividades foram planeadas foram executadas.

3. Criar processos individuais informáticos de acompanhamento dos alunos.

**Avaliação:** Foram criados ficheiros individuais com os processos e registos de atendimento dos alunos atendidos no SPO.

4. Criar um relatório mensal de acompanhamento e monitorização do trabalho do SPO.

**Avaliação:** Foi criado um modelo de relatório que todos os meses é enviado para a Direção Executiva e Direção Pedagógica do IDS, com as informações relativas ao trabalho do SPO, sem comprometer a confidencialidade dos alunos. Até Julho de 2019 foram enviados 13 relatórios (com início em Junho de 2018 e com um relatório intercalar a meio do mês de Outubro, solicitado para uma ocasião pontual).

5. Entrevistar os candidatos aos cursos CEF.

**Avaliação:** Foram recebidas 19 inscrições, mas apenas foram agendadas 11 entrevistas a alunos e encarregados de educação, uma vez que houve algumas desistências e impossibilidades de contacto. Destas, realizaram-se 9. Apesar deste esforço, não tivemos suficientes candidatos para abrir uma turma de CEF.

6. Divulgar os cursos do IDS

**Avaliação:** O SPO realizou a divulgação do IDS através de e-mails e telefonemas para os agrupamentos de escolas da cidade de Lisboa e arredores, bem como para os gabinetes de empregabilidade do IEFP. Por estarmos a iniciar o curso de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva, foi também realizada a divulgação deste curso (e de todos os do IDS) pelos clubes desportivos da cidade de Lisboa, assim como pelas Federações parceiras nos cursos. Desta forma, foram criadas bases de dados os e-mails, para facilitar a divulgação.

7. Intervenção direta na Dinâmica da Escola - desenvolver um tema estruturante em cada período do ano letivo envolvendo toda a comunidade escolar.

**Avaliação:** Estas atividades não foram realizadas, o que se pode explicar por vários motivos, nomeadamente pelo impacto que os problemas relacionados com ansiedade, o que ocupou muito tempo. Para além disto, a agenda da escola é bastante preenchida (horários de aulas muito preenchido, com visitas de estudo, entre outras iniciativas). Por fim, o espaço da escola é algo a ter também em consideração, uma vez que é muito difícil juntar todas as turmas num espaço. Assim, o planeamento destas atividades, deve ser adaptado á realidade da escola.

8. Criar atividades específicas para turmas, mediante necessidades identificadas pelos diretores de turma.

**Avaliação:** Esta atividade não foi realizada pois não houve nenhum pedido nesse sentido.

9. Sessões para os pais

**Avaliação:** Foi realizada uma sessão piloto com os encarregados de educação e pais, sobre “Ansiedade na Adolescência”. Foram convocados todos os pais dos alunos que não estavam em estágio (estavam duas turmas em estágio). Apenas compareceram 5 encarregados de educação, contudo, reiteraram a importância de haver um espaço para conversar sobre temas relacionados com a adolescência e com o crescimento dos seus filhos/educandos.

10. Criar (pelo menos uma) parceria externa para encaminhamento nos casos de necessidade de acompanhamento psicossocial e psiquiátrico.

**Avaliação:** Foi realizado um contacto com o projeto “Aparece” do centro de saúde de Sete Rios, mas apenas têm disponibilidade para reunir em novembro de 2020. Considero importante a aquisição de algum instrumento psicológico relacionado com a depressão e com a ansiedade, para que o encaminhamento fosse mais eficaz.

11. Dinamização do grupo de voluntariado

**Avaliação:** Ao longo do ano letivo, fui percebendo qual a abertura e vontade dos alunos para iniciar um grupo de voluntariado. Criei uma ficha de inscrição onde solicito o nome, o e-mail, número de telemóvel e área de interesse. A ideia é que o SPO possa perceber qual a área de interesse dos alunos e depois crie parcerias com associações que promovam iniciativas de acordo com as áreas referidas, promovendo experiências de voluntariado. Por outro lado, também é possível que o IDS promova as suas próprias atividades. Este ano, no dia 2 de Junho houve uma sessão de divulgação da escola na Milha Urbana da Junta de Freguesia da Falagueira – Venda Nova. Por ser um Domingo e uma atividade extraescola onde fomos participar e ajudar na organização da atividade, foi considerada como uma atividade de

voluntariado, onde a divulguei por todas as turmas e pedi que quem quisesse e tivesse disponibilidade para se inscreverem, no SPO. Quatro alunas disponibilizaram-se e reiteraram a importância da criação do grupo.

12. Participação em conferências, formações ou outras atividades pertinentes para a função na escola e colaboração na semana da animação

**Avaliação:** Participei em várias conferências sobre educação e em outras iniciativas, que podem promover, para além do aumento de conhecimento, a possibilidade de networking com outros profissionais da mesma área.

13. Avaliar os pedidos excecionais de apoio económico de famílias com o escalão 2 do abono.

**Avaliação:** Apenas me foi encaminhada uma aluna que solicitou apoio para o passe. Acompanhei-a a um atendimento na Segurança Social, reuni com os avós (com quem vive), mas o processo acabou por não ir para a frente por decisão dos próprios.

14. Participar nas atividades de integração escolar e visitas de estudo para que for convocada.

**Avaliação:** Participei numa ida ao cinema, no âmbito do Plano Nacional de Cinema, com a turma de primeiro ano de espetáculo e interpretação.

15. Promover Intercâmbios com outras escolas profissionais com a mesma oferta formativa.

**Avaliação:** Foi feito um contacto com a Escola Profissional da Vidigueira nesse sentido. Contudo, devido à agenda escolar preenchida e a visitas de estudo para fora de Lisboa, não foi possível cumprir esta atividade.

16. Criação e dinamização de uma associação informal de ex-alunos do IDS

**Avaliação:** Foram realizados dois contactos com ex-alunos do IDS no início do ano letivo. Contudo, o trabalho do SPO tomou um rumo bastante diferente, com as crises de ansiedade dos alunos, como já foi referido anteriormente, pelo que esta atividade não teve seguimento.

17. Facilitar o processo de integração nos estágios de 3º ano

**Avaliação:** Não me foi solicitada qualquer colaboração neste sentido.

**18.** Iniciar o processo conducente do curso de desporto e às parcerias necessárias para a concretização do mesmo.

**Avaliação:** Este processo foi realizado. Foi construído e aprovado pela Direção o protocolo e o mesmo foi assinado pelas Federações parceiras, tendo sido o SPO a coordenar todas estas questões.

**19.** Monitorizar as faltas e promover estratégias de promoção da pontualidade e de prevenção do absentismo.

**Avaliação:** No início do ano letivo, antes da escola adquirir o programa informático e-schooling, foi-me solicitado que pudesse monitorizar as faltas e falar com os alunos em questão e com os seus encarregados de educação. Criei uma base de dados com todos os alunos e turmas e via semanalmente no livro de ponto as faltas, passando todas para o livro de ponto. Pedia aos alunos que mais faltavam para ir ao meu gabinete e conversava com eles no sentido de perceber se havia algum motivo específico para a falta de assiduidade. Ligava também para os encarregados de educação para informá-los da situação e para compreender melhor o contexto. No segundo período, foi adquirido o programa e-schooling pelo que o trabalho da monitorização das faltas voltou para os diretores de turma.

**20.** Criação de um núcleo de respostas de emprego para os alunos com formação no IDS

**Avaliação:** Foi realizado o contacto com a empresa de recrutamento Ranstad. Contudo, não avançou. Este será uma das principais atividades do SPO no próximo ano letivo.

## PLANOS PARA O FUTURO

Com todos os dados que temos ao longo deste relatório e, mediante a evolução e desenvolvimento do IDS no que diz respeito à certificação de qualidade, penso que há três linhas orientadoras de extrema relevância para o próximo ano:

### 1. Continuar o trabalho de acompanhamento que o SPO tem realizado aos alunos

Continuar o trabalho de uma criação de relação com os alunos e com toda a comunidade escolar, bem como ao trabalho de acompanhamento que tem sido feito com os alunos e encarregados de educação.

Parece-me também importante investir um pouco mais na relação do SPO com os encarregados de educação, uma vez que são, em princípio, o principal suporte dos alunos e necessários para o seu percurso.

A articulação com os professores e a inclusão do SPO nas dinâmicas da escola é também algo a ter em conta como aposta para o próximo ano.

### 2. Apostar na qualidade científica do SPO

Dadas as problemáticas que podemos ver como mais proeminentes neste ano, penso que será essencial que o SPO se especialize um pouco mais na avaliação e diagnóstico de algumas perturbações, nomeadamente em questões relacionadas com depressão, ansiedade e dificuldades de concentração. Existem alguns instrumentos de diagnóstico, testes psicológicos, que podem ser adquiridos pela escola e ter um papel essencial para os alunos.

A necessidade de formação continua e cada vez mais especializada é premente, pelo que esta deve ser uma prática a continuar.

A inclusão da psicóloga SPO num grupo de supervisão ou intervisão é também de extrema importância, pois, havendo apenas uma psicóloga, é necessário que possa discutir alguns casos com pares de forma a aumentar a eficácia e qualidade da intervenção.

### 3. Trabalhar na criação de um núcleo de primeiro emprego

É essencial para o IDS, como escola profissional, poder ter um gabinete de apoio à procura de emprego, de forma a poder responder às situações de alguns alunos, apoiar na procura de emprego e na inserção no mercado de trabalho e fazer o follow up dos alunos que concluem o seu percurso formativo aqui na escola.

## CONCLUSÃO

Depois de analisar todos os dados expressos neste relatório, podemos concluir que este foi um ano de bastante trabalho e bastante flexibilidade e adequação da intervenção.

O SPO soube adequar-se e dar resposta às necessidades emergentes, o que, contudo, não deixou de afetar a execução do planeamento das atividades anuais, sendo que algumas das atividades não foram concluídas. Esta flexibilidade é muito importante para quem trabalha diretamente com pessoas.

A articulação é uma das questões mais relevantes do trabalho numa escola. O SPO integra-se na comunidade escolar e intervém diretamente com os alunos. Como tal, é essencial estar em constante articulação com o pessoal docente e não docente, bem como com os encarregados de educação. A articulação com o corpo docente, em específico, é muito importante para que o SPO seja visto como parte integrante da escola e para trocar informações e discutir alguns casos em particular, tornando a intervenção de ambos (SPO e corpo docente) mais eficaz.

A questão das necessidades educativas especiais (NEE) é também de relevar, uma vez que é necessário realizar, no próximo ano letivo, o trabalho de implementar o decreto lei nº54/2018, que pressupõe a articulação com uma professora de ensino especial. Este trabalho conjunto será uma mais valia para a boa implementação deste decreto lei e para o maior acompanhamento de alunos com algum tipo de NEE, adequando assim o percurso aqui na escola às suas necessidades.

Por fim, é importante realçar que o SPO tem potencial para ser um elemento agregador da comunidade escolar.