



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

Sara Rafaela Oliveira Duarte

**Intervenção Educativa no (In)Sucesso Académico de Estudantes
Acompanhados pelo Núcleo de Integração e Aconselhamento dos
SASUC**

**Relatório de Estágio para a obtenção do grau de Mestre, no âmbito do Mestrado em Ciências da Educação,
orientado pela Professora Doutora Maria Isabel Ferraz Festas e apresentado à Faculdade de Psicologia e de
Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.**

Julho de 2021

“Educar é viajar no mundo do outro, sem nunca penetrar nele. É usar o que passamos
para transformar no que somos.”
Augusto Cury

“A educação é mestre de honra à porta da vida apresentando o amor às pessoas.”
Ivone Boechae

Agradecimentos

Quero agradecer primeiramente à minha família. Ao meu pai pelos inúmeros telefonemas para resolver todos os problemas que envolviam carros. À minha mãe por ser a minha *coach* pessoal, e fazer-se presente sempre, sempre na minha vida. Ao meu irmão pelos inúmeros trabalhos da faculdade em que cooperou e pelos patrocínios que fez em mim. À minha irmã, Jo, por representar mais 50% dos meus sorrisos diários e por estar lá sempre para me abraçar e lembrar o quanto gosta de mim. Ao meu avô por todos os conselhos de fé, pelos muitos anos de chofer particular e por investir em mim também.

À “N”, por ser uma irmã para mim disfarçada de prima.

À minha avó que sonhou com este dia mais do que eu, e que infelizmente não me vê a concluir esta fase, dedico-te este relatório por tudo que fizeste por mim, porque mesmo não estando cá continuas a ser a minha referência todos os dias.

Ao Tiago por todos “vai e arrasa!”, por ser uma luz numa noite escura, por todas as horas ao telefone, viagens, e por seres o meu técnico de informática sempre. Te amo.

Quero agradecer à Marta porque mesmo longe o teu número continua a ser a minha linha 112 para chorar e para rir, obrigada por seres a minha “balança” como conselheira.

À Daniela por ser a minha estilista das ideias mais mirabolantes.

Agora Coimbra, ...

Obrigada às minhas mães de Coimbra.

Obrigada à mãe Cidália por ser a fiel companheira das asneiras no inglês, pelas tardes de estudo na reitoria, pelos almoços, tu sabes...

Obrigada à mãe Ana por todo apoio que sempre me deu, mais especialmente este ano com a sua preciosa ajuda na redação deste relatório, pelas risadas ao telefone e em Zoom, por todo o carinho e por se mostrar como um grande apoio para mim.

Obrigada às amigas de Coimbra que fizeram parte desta minha fase, por além de alinharem nas minhas aventuras serem causadoras de outras tantas aventuras. Um especial obrigado às minhas colegas de casa por todos os conselhos, abraços em choros desesperados e em risadas incontroláveis, por me incentivarem e deixarem-se incentivar à “comida natural do pacote”, vocês sabem...

Um último obrigado, mas não menos importante à Professora Maria Isabel Festas por toda ajuda em especial este ano, assim um obrigado de igual significado à Mestre Margarida Rodrigues por me receber nos SASUC.

Resumo

O presente relatório tem o objetivo de descrever o trabalho desenvolvido ao longo do ano letivo, relativamente ao estágio curricular realizado nos Serviços de Ação Social da Universidade de Coimbra, para obtenção do grau de Mestre em Ciências da Educação pela Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

Ao longo do ano letivo, foi desenvolvido um trabalho, através de consultas de psicopedagogia, de observação de vinte e quatro estudantes, de intervenção em mais quatro, tendo-se feito um acompanhamento direto via Zoom.

Estas consultas são pensadas para estudantes com insucesso académico e têm o objetivo de os apoiar na reorganização de estratégias e métodos de estudo mais eficazes.

Para tal foi desenvolvido um trabalho de atualização do material já usado nas consultas, com integração de novos conhecimentos e adição de uma componente prática, composta de exercícios relativos ao tema de cada sessão, que são passíveis de serem retirados e enviados para os estudantes de forma que estes possam usar como auxílio de estudo e preparação para momentos de avaliação. Procedeu-se ainda à atualização de vários materiais pedagógicos e produção de outros que pudessem auxiliar a eficácia de outras valências da instituição.

Para uma melhor compreensão de todo o trabalho realizado em cada valência da instituição apresentamos uma descrição organizada, que dá conta de todas as atividades que o estágio envolveu, bem como os instrumentos usados em cada parte.

Além do já referido, é apresentado de modo anónimo e resumido cada caso observado e de intervenção direta.

Palavras-Chave: Estudantes da Universidade de Coimbra; Insucesso Académico; Materiais Pedagógicos; Estratégias e Métodos de Estudo; Apoio.

Abstract

The present report aims to describe the work developed during this scholar year, concerning the curricular internship carried out at the University of Coimbra Social Assistance Services, to obtain a Master's degree in Educational Science by the Faculty of Psychology and Educational Sciences of the University of Coimbra.

During this school year, the work has been developed through psycho-pedagogy consultations, direct observation of twenty-four students, intervention on four students, with whom was developed a direct mentoring using the video-conferencing app, Zoom.

These consultations were conceived for students with academical failure, with the goal of helping them reorganising and improving their learning methods and strategies in order to be more effective. For this to happen, an upgrade of all educational material was developed, thus gaining new knowledge as well as a more prescriptive practical component was introduced. Exercises were elaborated alluding to the theme of each session, which could be sent to the students so that they could be used as help study auxiliaries and preparation for the examination moments. Several pedagogical materials were upgraded as well as more were elaborated with the objective of helping the efficiency of other valences of the institution

For a better understanding of the whole work implemented in each valence of the institution, a well organised description is presented which describes all the activities developed during the internship as well as the instruments used in each part.

In addition to the above-mentioned, a summary of each case studied as well as the cases of direct intervention are presented anonymously.

Key-Words: Students of the University of Coimbra; Academic failure; Educational Material; Learning strategies and methods; Assistance.

Índice

Introdução	10
Caraterização da Instituição	12
Apoio a Estudantes com Necessidades Educativas	14
Apoio Psicopedagógico.....	16
Apoio por Pares.....	18
Formação UC_Skills	19
Instrumentos Usados	20
Instrumentos usados nas Necessidades Educativas.....	20
Instrumentos usados no Apoio Psicopedagógico	21
Instrumentos usados no Apoio por Pares	23
Instrumentos usados nas Formações UC_Skills.....	26
Instrumentos usados em outras atividades	27
Consultas de Psicopedagogia	29
Manual de combate ao Insucesso Académico.....	32
Atividades	35
Atividades desenvolvidas para as Necessidades Educativas.....	35
Atividades desenvolvidas para o Apoio Psicopedagógico	35
Atividades desenvolvidas para o Apoio por Pares	37
Atividades desenvolvidas para a Formação UC_Skills.....	38
Outras atividades	39
Casos observados	41
Estudante 1	41
Estudante 2.....	41
Estudante 3.....	42
Estudante 4.....	42
Estudante 5.....	43
Estudante 6.....	43
Estudante 7.....	43
Estudante 8.....	44
Estudante 9.....	44
Estudante 10.....	45
Estudante 11	45
Estudante 12.....	46

Estudante 13	46
Estudante 14	47
Estudante 15	47
Estudante 16	48
Estudante 17	48
Estudante 18	49
Estudante 19	49
Estudante 20	50
Estudante 21	50
Estudante 22	51
Estudante 23	51
Estudante 24	52
Casos de intervenção.....	53
Estudante 25	53
Estudante 26	53
Estudante 27	54
Estudante 28	54
Conclusão	55
Referências Bibliográficas	57
Apêndices	Erro! Marcador não definido.
Atividades a desenvolver durante e pós sessões	Erro! Marcador não definido.
Anexos.....	Erro! Marcador não definido.

Índice de Apêndices

Apêndice I- Sabias que...

Apêndice II- Planos de Sessão UC_BeWell

Apêndice III- Manual “Dare to Shine”

Apêndice IV- Análise de Caso de Necessidades Educativas

Apêndice V- Relatório do Apoio Psicopedagógico

Apêndice VI- Casos clínicos do Apoio Psicopedagógico

Apêndice VII- Análises de Caso do Apoio Psicopedagógico

Apêndice VIII- “O teu Delegado e a tua ação na Residência”

Apêndice IX- Propostas de Certificado

Apêndice X- Relatórios Formação UC_Skills

Apêndice XI- Questionário de Avaliação UC_BeWell

Apêndice XII- Relatório UC_BeWell

Índice de Anexos

Anexo I- Ficha de Registo Individual

Anexo II- Relatório de Acompanhamento Personalizado

Anexo III- Ficha de Desempenho Global do Estudante

Anexo IV- Declaração de Autorização de Cedência de Dados

Anexo V- Ficha de Acompanhamento

Anexo VI- Auto de Cedência

Anexo VII- Guião de Entrevista

Anexo VIII- Carta Compromisso

Anexo IX- Declaração Cedência de Dados

Anexo X- Folha de Rosto de um Processo

Anexo XI- Ficha de Diagnóstico das RU

Anexo XII- Perceção dos Funcionários

Anexo XIII- Registo de Atividades

Anexo XIV- Questionário de desempenho de funções enquanto Delegado

Anexo XV- PowerPoint

Anexo XVI- Fichas de Atividades

Anexo XVII- Questionário de Avaliação da Formação UC_Skills

Anexo XVIII- Informação Legal e Consentimento Informado

Introdução

O presente relatório surge no âmbito do Estágio Curricular, do segundo ano do Mestrado em Ciências da Educação, da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

Trata-se de um Mestrado com um carácter profissionalizante que prevê que todos os seus mestrandos no segundo ano tenham um contacto com o contexto laboral, onde lhes é permitido desenvolver “competências analítico-reflexivas e operativas que permitam uma análise e caracterização dos fenómenos educativos, a planificação de intervenções que apontem para a sua otimização, o desenvolvimento/implementação dessa planificação, bem como a sua avaliação.” (cf. Regulamento do Estágio Curricular, p. 1)¹.

Neste sentido, a área por nós escolhida foi a psicopedagogia e o estágio foi realizado no Núcleo de Integração e Aconselhamento (NIA), sob orientação da Professora Doutora Maria Isabel Festas, docente da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (FPCEUC). O estágio, que decorreu desde o dia 12 de outubro de 2020, sob orientação da Mestre Margarida Rodrigues (psicóloga clínica da instituição), e que terminou em julho de 2021, foi realizado inicialmente num regime misto conciliando o teletrabalho com o trabalho presencial e rapidamente passou para um regime de teletrabalho a tempo inteiro, sendo que perto do termino voltou-se a adotar um regime misto. Tais adaptações ocorreram em resultado da situação pandémica vivida a nível mundial, derivada do Covid-19.

O NIA é uma divisão dos Serviços da Ação Social da Universidade de Coimbra que trabalha ao nível da psicologia e do serviço social.

¹ Informação retirada do Regulamento do Estágio Curricular do Ciclo de Estudos conducente ao Grau de Mestre em Ciências da Educação da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (2016), aceso a maio de 2021. Disponível em: <https://bit.ly/3da8XR5>

O estágio, focando-se nas Consultas de Psicopedagogia de combate ao insucesso académico, onde se manteve a maior parte da nossa atenção, acabou por se alongar e intervir em outras áreas (Formação UC_Skills, Apoio por Pares e Apoio a Estudantes com Necessidades Educativas) através da produção de material de apoio, análise e reflexão de diferentes documentos, reestruturação de alguns materiais, envolvimento na criação de novas atividades e intervenção no caso das consultas.

Este relatório está organizado de forma a realçar o contexto onde o nosso estágio se realizou e todo o trabalho desenvolvido que serviu de contributo para a instituição por nós escolhida.

A seguir à introdução é apresentada a “Caraterização da Instituição” onde se explica detalhadamente a sua organização, e onde nos inserimos. Os instrumentos usados nas diferentes valências e o apoio psicopedagógico prestado constituem as partes seguintes do presente relatório.

Um outro momento que nos foi proposto e por nós considerado uma mais valia foi a elaboração do manual “Dare to Shine”, um desafiante e honroso trabalho, contemplando uma Introdução, a Apresentação do Programa, o Público-Alvo, a Metodologia, os Planos de Sessão e as Atividades a desenvolver durante ou pós sessão. Este manual é apresentado em apêndice do relatório.

Debruçamo-nos também detalhadamente sobre todas as atividades por nós desenvolvidas, ou em que colaboramos.

Apresentamos, ainda, os “Casos de Observação” e os “Casos de Intervenção”.

Em jeito de Conclusão salientamos que neste relatório foi sustentada toda a informação teórica recolhida, bem como as Referências Bibliográficas, não descurando o nosso objetivo fulcral, informação descrita, apêndices (material realizado por nós) e anexos (material facultado pelo Serviço).

Caraterização da Instituição

Os Serviços de Ação Social da Universidade de Coimbra (SASUC) são um serviço central da Universidade de Coimbra (UC), foram criados em novembro de 1966 e gozam de autonomia administrativa e financeira.

A sua estrutura orgânica organiza-se da seguinte forma: Reitor da Universidade de Coimbra, Conselho de Ação Social, Conselho de Gestão dos Serviços de Ação Social, Administração, Direção de Serviços de Apoio ao Estudante que engloba a Divisão de Alimentação, Divisão de Acolhimento e Integração e os Serviços Apoio à Infância com as valências de Creche e Jardim de Infância, Direção de Serviços de Suporte à Atividade que integra Divisão Administrativa, Financeira e de Recursos Humanos, a Divisão de Oferta Integrada de Serviços e a Divisão de Compras e Logística, Gabinete de Apoio à Gestão, Gabinete de Sistemas Informáticos e de Informação e os Serviços de Saúde e de Gestão da Segurança no Trabalho.

Os SASUC têm como missão assegurar a Ação Social da Universidade de Coimbra que é dirigida a toda a comunidade universitária, cujo intento é dar respostas às necessidades de proteção social e de desenvolvimento pessoal dos diversos agentes da Universidade, com a pretensão de ser capaz de garantir a igualdade de oportunidades no acesso, na integração, na frequência, na realização pessoal e no sucesso no ensino superior, assumindo-se como um sistema de ação social forte, equitativo, justo e sustentável. Os SASUC têm como objetivos assegurar aos estudantes apoio social direto (bolsas de estudo e auxílios de emergência) e apoio social indireto (alimentação, alojamento, serviços de saúde, apoio psicopedagógico, apoios de carácter educativo e apoio a atividades culturais e desportivas) (cf. Estatutos da UC, 2008)², dando cumprimento ao Regime Jurídico das Instituições de Ensino Superior (2007)³, quando diz: “A ação social garante que nenhum aluno é excluído do subsistema do ensino superior por incapacidade financeira.”

² UC. Estatutos da UC. (2008). Consultado em 6 de março de 2021. Disponível em http://www.uc.pt/sobrenos/Estatutos_UC_2008.

³ Regime Jurídico das Instituições de Ensino Superior. (2007). Consultado em 28 de fevereiro de 2021. Disponível em <https://www.uc.pt/sasuc/SobreNos/rjies.pdf>.

A Universidade de Coimbra, onde os SASUC estão inseridos, estabelece uma visão de “Ser internacionalmente reconhecida como uma universidade de investigação, em que a produção de conhecimento de elevada qualidade influencie o processo educativo e aumente a partilha de conhecimento com a sociedade, dando resposta aos problemas que são de todos/as e de cada um/a e contribuindo sem reservas para o desenvolvimento sustentável.” (Plano Estratégico da Universidade de Coimbra, 2019-2023).

Neste processo os SASUC estabelecem como valores: Liberdade de opinião; Tolerância; Excelência; Igualdade; Liberdade; Humildade científica; Sustentabilidade; Direito à diferença e não à discriminação; Reconhecimento e promoção do mérito; Cooperação; Abertura ao mundo; Inovação; Diálogo; Estímulo à criatividade; Interação das culturas; Independência; Responsabilidade social; Inclusão; Ética; Valorização das pessoas; Tradição; Rigor intelectual; Contemporaneidade; Solidariedade académica.

O estágio foi realizado no Núcleo de Integração e Aconselhamento (NIA) que pertence à Divisão de Acolhimento e Integração. Esta divisão, que faz parte dos Serviços de Apoio ao Estudante, está envolvida com a receção e integração dos estudantes na UC, com o objetivo de promover a igualdade de oportunidades de forma a facilitar o sucesso académico de todos, através da atribuição de benefícios sociais a estudantes cuja situação seja socialmente desfavorecida, o que acontece por meio das bolsas de estudo, alojamentos, ajuda de emergência, técnica e psicologia educacional. (cf. Acolhimento e Integração, 2021). Neste sentido faz parte integrante desta divisão o NIA, Bolsas de Estudo e outros apoios como o Programa de Apoio Social a Estudantes através de atividades de tempo Parcial (PASEP), o Fundo de Apoio Social (FAS) e o Alojamento em Residências Universitárias (RU) (cf. Acolhimento e Integração, 2021).

Centrando-nos mais no NIA, este serviço possui valências de Apoio a Estudantes com Necessidades Educativas, Apoio Psicopedagógico, Apoio por Pares e Formação UC_Skills.

Apoio a Estudantes com Necessidades Educativas

Este serviço foi criado em 1985, sendo a Universidade Coimbra uma das universidades pioneiras, começando por prestar apoio a estudantes com deficiência visual. Rapidamente o seu público-alvo alargou-se a outros estudantes com deficiência física e/ou sensorial e progressivamente estendeu-se a estudante com doença orgânica incapacitante, doença do foro psiquiátrico e doenças graves limitantes das normais funções associadas a tratamentos agressivos. Este serviço, começou por se chamar, em 1985, “Núcleo de Apoio ao Estudante Deficiente Visual”, tendo, depois, sucessivamente, mudado em 1989 para “Serviço de Apoio ao Estudante Deficiente”, em 1993 para “Gabinete de Apoio Técnico-Pedagógico ao Estudante Deficiente”, em 2003 para “Apoio Técnico-Pedagógico a Estudantes com Deficiência” e em 2011 para “Gabinete de Apoio aos Estudantes com Necessidade Educativas Especiais” (ENEE). O apoio que à data de 1985 se localizava dentro da universidade, no edifício central da UC, em 2012 é transferido para os SASUC, onde já se encontravam todos os serviços de apoio aos estudantes da universidade, e fica, então, à responsabilidade do NIA, onde se encontra atualmente. Este apoio vai ao encontro dos valores já aqui mencionados- Direito à igualdade e Direito à diferença e não discriminação-, na medida que permite aos estudantes com características diferenciadas, seja de natureza cognitiva, psicológica, motora ou outra, serem apoiados com medidas, implementadas através do Estatuto de Estudante com Necessidades Educativas Especiais, que possibilitam a igualdade na diferença, visando uma educação inclusiva no ensino superior.

Salientamos que o encaminhamento destes ENEE surge de uma panóplia de situações (encaminhados pelas escolas secundárias, Serviços Académicos Gerais, pela secretaria de cada Faculdade, no ato da matrícula, entre outros). Posteriormente solicitam via email ou contacto telefónico para a Instituição o agendamento da entrevista (esta de carácter obrigatório, semestral), anteriormente realizada de forma presencial, mas atualmente dada à situação pandémica do nosso país foram criadas alternativas tais como: via telefone ou videochamada. Na entrevista é percecionada qual a/as patologias do estudante, este entrega comprovativo médico e são implementadas as medidas em contexto escolar de comum acordo com a Técnica Superior e o estudante. Após preenchimento e elaboração do seu Processo Individual (PI) é elaborado o Relatório de Acompanhamento Personalizado que posteriormente é enviado a todos os Docentes do aluno, para que este possa usufruir das medidas.

A validação do estatuto é solicitada aos Serviços Académicos Gerais. Quanto às medidas é importante ter em conta que estas podem ser reajustadas em entrevista caso se verifique alteração do contexto escolar, ou da situação clínica do aluno.

Um outro apoio que devemos evidenciar é a atribuição de Bolsas de Estudo que de acordo com a alínea a) do artigo 3º do Regulamento Geral de Atribuição de Bolsas de Estudo a Estudantes no Ensino Superior (RGABEEES), esta define-se como: “ «Bolsa de estudo» uma prestação pecuniária anual para participação nos encargos com a frequência de um curso ou com a realização de um estágio profissional de carácter obrigatório, atribuída pelo Estado, a fundo perdido, sempre que o agregado familiar em que o estudante se integra não disponha de um nível mínimo adequado de recursos financeiros” (2020).

Neste mesmo regulamento também foi aprovado uma Bolsa para estudantes com incapacidade igual ou superior a 60%, de acordo com o qual os estudantes elegíveis podem solicitar a concessão de uma bolsa de estudo correspondente ao valor da propina efetivamente paga. Entenda-se elegível todos aqueles que: “estejam matriculados e inscritos numa instituição de ensino superior; comprovem o grau de incapacidade através de um atestado médico de incapacidade multiuso; tenham a situação tributária e contributiva regularizada.” (DGES, 2021).

Nesta valência existe ainda o Centro de Produção Braille, Relevos e Formatos Alternativos, que produz e disponibiliza materiais pedagógicos para cegos (braille, suporte digital e áudio), oferecendo ainda o acesso a um catálogo em braille, do qual fazem parte obras ou extratos de obras que constam do acervo documental do NIA, permitindo a estes estudantes uma maior autonomia nas suas pesquisas. Além disto desenvolvem um trabalho de parceria com os docentes dos estudantes cegos ou com baixa visão, para que os estudantes possam estudar e realizar as provas de uma forma adaptada, mas sem que o nível de exigência seja mais baixo.

Apoio Psicopedagógico

Esta valência foi fundada no ano letivo de 1999/2000, estando ao encargo de uma psicóloga com especialização na área da psicoterapia e consiste num apoio prestado sobretudo a estudantes alojados em residências universitárias em situação de insucesso académico.

Os Serviços de Ação Social da Universidade de Coimbra definem insucesso académico segundo condições salvaguardadas no Artigo nº5, alínea “e” e “f” do Despacho, nº 9138/2020, de 25 de setembro⁴, em que remete para a contabilização do número de créditos mínimo que o estudante tem de realizar relativamente a cada ano a que o estudante está inscrito, para conseguir manter a bolsa atribuída pela Direção Geral do Ensino superior (DGES), querendo isto dizer que quando um aluno reúne tais condições de perder a bolsa o direito à Bolsa da DGES (mesmo não sendo bolseiro), considera-se que o aluno está perante uma situação de insucesso escolar.

Assim, a condição de insucesso escolar pode ser considerada, através da verificação das seguintes alíneas:

- 1 - Realizar <36 ECTS no último ano letivo (ou 18 ECTS no último semestre).
- 2 – Realizar < 60% ECTS no último ano letivo (ou 30% ECTS no último semestre).
- 3 - Não ter condições de concluir o curso em N+1 (licenciaturas) ou N+2 (mestrado integrado e licenciatura de 4 anos).

Embora o apoio seja prestado na maior parte dos casos a estudantes residentes, também se pode estender a alunos reencaminhados por Técnicas Superiores (por exemplo os estudantes com Estatuto Necessidades Educativas Especiais são reencaminhados pelas assistentes sociais que acompanham o seu processo), e alunos que solicitaram autonomamente as consultas de psicopedagogia (o que acontece numa minoria).

Este apoio é constituído por cinco consultas individuais onde a primeira é usada como diagnóstico e as restantes quatro são exclusivas de intervenção. Gozam de uma hora aproximadamente por atendimento, e idealmente são marcadas quinzenalmente, o que na maior parte dos casos devido à incapacidade de resposta pode-se alongar até um mês. Nestas consultas são dadas aos estudantes “ferramentas pedagógicas” que lhes permitam trabalhar e alterar os seus hábitos e métodos de estudo de forma a aumentar o seu rendimento académico e abandonar a situação de insucesso académico vivenciada.

⁴ <https://dre.pt/application/conteudo/143719224>

No final da primeira consulta podem ser escolhidas medidas de encaminhamento nível 1 e medidas de encaminhamento de nível 2. Estas medidas são escolhidas com base no diagnóstico que se conseguiu fazer do estudante.

As medidas de encaminhamento nível 1 são: Apoio Social dos SAS caso o estudante não tenha bolsa de estudo e tenha dificuldades económicas; Apoio médico/ Psicológico/ Psiquiátrico através do serviço de saúde dos SASUC; Programa de Coaching individual (Consultas de Psicopedagogia); Provedor do estudante caso exista algum tipo de conflito entre o estudante e os Docentes; Coordenador de curso/ interlocutor da faculdade caso o estudante tenha dúvidas em relação ao curso e sua estrutura por exemplo; Serviço de Reorientação Escolar que situa-se no edifício I da FPCEUC, os estudantes são dirigidos para aqui se tiverem dúvidas relativamente ao curso e se pretenderem mudar de área de estudos.

As medidas de encaminhamento nível 2 são: Métodos de estudo e organização da Agenda Pessoal que é trabalhado tanto nas Consultas de Psicopedagogia como nas formações UC_Skills; Mentorado Académico através um professor mentor; Programa de Apoio por Pares; Explicações através do programa Next; Outras atividades extracurriculares que sejam do agrado do estudante, por exemplo desporto no GDUC, ou atividades dentro da Associação Académica Coimbra (AAC) entre outros.

Apoio por Pares

O programa Apoio por Pares foi fundado no ano letivo de 1999/2000 e é dirigido a estudantes alojados nas residências universitárias dos SASUC. Consiste num programa em que os estudantes apoiam outros estudantes. Estudantes voluntários que tiveram de ter uma formação básica de 15 horas mais formação contínua com uma carga horária de 5 horas em média ajudam outros estudantes com o objetivo de os apoiar e ajudar na resolução de problemas ou dificuldades encontradas em contexto académico.

Deste modo, este programa que está assente nos modelos de *Peer Counselling/Support* pretende que os estudantes que se voluntariam desenvolvam competências pessoais, sociais e académicas. O programa funciona durante todo o ano letivo à exceção das pausas académicas previstas pelo calendário escolar da UC.

Durante o período letivo os estudantes voluntários devem preparar algumas atividades grupais para promover a integração e a harmonização da residência, atividades essas que devem ser avaliadas semestralmente para medir o grau de eficácia. No decorrer do período letivo são marcadas sessões de supervisão em grupo e individual onde os estudantes devem comparecer para fazerem como uma mediação entre os SASUC e os outros estudantes. Numa forma de recompensar este trabalho, é atribuído a estes voluntários um suplemento ao diploma.

Dentro desta valência encontra-se também a supervisão de delegados num modelo individual ou em grupo. Os estudantes que desempenham a função de delegados podem ou não participar no programa, da mesma maneira que para ingressar no programa de Apoio por Pares não necessitam de desempenhar a função de delegado. A função de delegado está restrita à organização e resolução de problemas dentro da sua residência (ala/piso) da residência. A supervisão de delegados acontece não só com estudantes delegados, mas também com estudantes que ingressam no programa.

Formação UC_Skills

A Formação UC_Skills foi criada no ano letivo de 1999/2000, sendo coordenada pela psicóloga envolvida nas valências anteriores, a pedido dos núcleos de estudantes, e direcionada a todos os estudantes que estejam inscritos na Universidade de Coimbra. Se não estivéssemos a viver uma situação de pandemia mundial, a inscrição na formação seria efetuada através do envio de email e seria realizada no centro cultural D. Dinis. Em alternativa ao método convencional de inscrição e de presença, atualmente, as inscrições para cada sessão decorrem através do preenchimento de um formulário online disponível no Google Forms, e as sessões são realizadas via Zoom.

Estas formações disponibilizadas pelos SASUC são comprovadas através da entrega de um certificado autenticado pelo Administrador desta instituição tendo a mais-valia de poder ser utilizado no currículo de cada estudante.

A UC_Skills desenvolve-se através de um trabalho de cooperação que visa a organização de formações com diferentes temáticas.

As sessões têm a duração máxima de duas horas e constituem-se pelas quatro seguintes temáticas: Métodos de Estudo; Gestão de Tempo; Apresentação de Trabalhos Orais; Gestão de Stress e Ansiedade. Para a sua concretização para cada sessão de formação é necessário no mínimo dez inscrições, sendo que as inscrições são totalmente gratuitas.

Os materiais pedagógicos utilizados vão ao encontro dos materiais usados nas consultas individuais de psicopedagogia.

Nas sessões de formação é disponibilizado ou entregue um conjunto de exercícios práticos que permitem a ligação entre a teoria apresentada e a prática, com a vantagem de os estudantes poderem ficar com os exercícios e usá-los futuramente como auxiliares nos seus estudos. No final de cada sessão, esta valência ao contrário das outras permite que os estudantes avaliem e deem a sua opinião e contributo de forma a poder melhorá-la.

Instrumentos Usados

Instrumentos usados nas Necessidades Educativas

Ficha de Registo Individual (Anexo I)

A Ficha de Registo Individual, também conhecida por folha de rosto é a primeira constante de um PI. Apresenta de forma sistematizada e organizada as informações pessoais e informações académicos relevantes. Faz referência aos apoios sociais que o estudante beneficia ou não, ao Técnico Superior que acompanha o processo.

Relatório de Acompanhamento Personalizado (Anexo II)

Este instrumento, que integra a composição de um processo de Necessidades Educativas, tem o objetivo de apresentar de modo resumido a patologia e as suas implicações vivenciadas pelo estudante. Tem função de apresentar também as medidas pedagógicas criadas, com base nos relatórios médicos e psicopedagógicos, para apoiar o estudante. O Relatório de Acompanhamento Personalizado deve ser feito semestralmente.

Ficha de Desempenho Global do Estudante (Anexo III)

Nesta ficha repete-se algumas informações pessoais do estudante, ainda que tenha o objetivo de registar todas as unidades curriculares, identificando-as se pertencem ao primeiro ou segundo semestre e no final de cada semestre o Técnico Superior deve registar as classificações finais de cada unidade curricular.

Declaração de Autorização de Cedência de Dados Pessoais (Anexo IV)

Esta declaração preenchida e assinada pelo estudante tem o objetivo de autorizar a cedência da informação que conste no processo a entidades académicas interessadas. Este documento deve ser dado ao estudante para ser preenchido todos os inícios de semestre, aquando da entrevista da validação do estatuto ou de revisão de medidas entre o primeiro e segundo semestre.

Ficha de Acompanhamento (Anexo V)

A Ficha de Acompanhamento tem um carácter individual e é preenchida pelo Técnico superior responsável pelo processo. Tem como objetivo registar os motivos de cada entrevista (seja de pedido de estatuto, revisão de medidas, ou outras dúvidas ou problemas que possam surgir com o estudante).

Auto de Cedência (Anexo VI)

Este instrumento dedica-se a alunos com deficiência visual e tem como objetivo o empréstimo de equipamentos (Lupa TV e computadores) que possam ajudar no estudo destes estudantes. A duração do empréstimo é definida pela necessidade do estudante, pelo que o estudante pode precisar do material durante apenas um semestre, mas também pode precisar durante o curso todo.

Instrumentos usados no Apoio Psicopedagógico

Plano de Apoio à Transição

O Plano de Apoio à Transição foi desenvolvido dentro da Universidade de Coimbra, no ano de 2006, e encontra-se disponível num formato CD. Sendo o seu objetivo a base teórica de atuação tanto nas consultas de psicopedagogia como para as sessões de Formação UC_Skills.

Organiza-se internamente por três grandes módulos: Programa de Gestão de Controlo de Stress no Ensino Superior; Programa de Métodos de Estudo; Programa de Desenvolvimento de Competências Pessoais, Sociais e Académicas.

Guião de Entrevista (Anexo VII)

O Guião de Entrevista é o material usado na sessão diagnóstico, em que serve à Técnica Superior como instrumento para conhecer melhor o estudante. Este instrumento organiza-se em Dados Biográficos, Informação sobre o Percorso Escolar, Ficha Escolar, Informação sobre as Estruturas de Apoio Disponíveis, Medidas de Encaminhamento de Nível 1, Medidas de Encaminhamento de Nível 2. Este Guião serve ainda de “porta de entrada” para apresentação e convite para ingressar no Apoio Psicopedagógico.

Carta Compromisso (Anexo VIII)

A Carta Compromisso é um documento que é apresentado ao estudante após este ter aceitado o convite de ingresso no Apoio Psicopedagógico. Este instrumento tem algumas semelhanças com um contrato, pois o estudante compromete-se em ir a todas as sessões de apoio, a participar em todas as sessões de Formação UC_Skills, a alterar os seus comportamentos e hábitos de estudo em favor daqueles que lhe são recomendados.

Declaração Cedência de Dados (Anexo IX)

A Declaração de Cedência Dados, semelhantemente à Declaração também de Cedência de Dados, usada na valência das Necessidades Educativas, também deve ser preenchida pelo estudante e tem o objetivo deste último autorizar, por exemplo, que a Técnica Superior de Serviço Social que o acompanha possa consultar o seu processo.

Folha de Rosto de um Processo (Anexo X)

A Folha de Rosto é a primeira folha que surge num processo psicopedagógico, e apresenta resumidamente os dados mais importantes do estudante e do processo (nome, telefone, email, quem encaminhou, e o nome da Técnica Superior). De seguida, este documento apresenta sinteticamente os dias de consultas com os estudantes e todas as presenças, faltas ou consultas desmarcadas.

Folhas de Registo

As Folhas de Registo são as folhas que servem para fazer os registos de sessão. Cada registo feito deve ter a data da sessão e deve apresentar a sessão de forma clara e resumida. No final de cada registo o Técnico Superior responsável deve assinar.

Instrumentos usados no Apoio por Pares

Peer Counselling/Support

“Os programas de aconselhamento de pares (Peer Counselling/Support) no ensino superior visam a promoção do apoio psicológico de pares entre si, sendo o conselheiro de pares o estudante voluntário que é treinado e supervisionado para dar assistência prática e apoio pessoal a pessoas com idades ou experiências similares (Pereira, 2005). Estes programas têm-se revelado muito eficazes enquanto estratégia de intervenção na promoção do sucesso académico, pelo desenvolvimento de redes de suporte social para actuação ao nível do processo de integração pessoal, social e académico no contexto do ensino superior (Bernardino et al, 2005, 2010), bem como de promoção do bem-estar e de estilos de vida saudável, tendo em consideração o desenvolvimento dos estudantes numa perspectiva holística (Pereira et al, 2006)” (como citado por Rodrigues et al., 2012).

Guião de entrevista

O Guião de entrevista elaborado pela Mestre Margarida Rodrigues serve para usar na primeira supervisão individual com Delegados.

Folha de Rosto de um processo

A Folha de Rosto corresponde à primeira folha presente num processo escrito. Neste caso do Apoio por Pares, este instrumento apresenta o nome do estudante, o número mecanográfico (número interno do estudante), se já foi delegado ou não, qual a residência onde está alojado e o respetivo piso/ala. É também anotado se o estudante realizou formação básica e em que anos.

Neste instrumento é anotado também de forma sucinta todas as convocatórias para supervisão realizadas, desmarcadas e faltas.

Folha de registo

A folha de registo é igual à do apoio psicopedagógico, e serve para tomar notas de todas as sessões com o estudante.

Sabias que... (Apêndice I)

O “Sabias que...” é um documento que normalmente é entregue aos estudantes residentes no início do ano letivo, e apresenta, numa linguagem simples, as regras gerais das Residências Universitárias.

Porém, dado à situação pandémica foi necessário tornar este documento digital, na impossibilidade de entregar aos estudantes como antes se entregava. Assim agora, este documento, existe e pode ser apresentado através do Google Forms (Apêndice I).

Ficha de Diagnóstico das RU (Anexo XI)

A Ficha Diagnóstico das RU é instrumento que foi pensado para ser preenchido pelos funcionários que estão em cada residência, e pretende-se que estes deem a sua opinião sobre as limpezas, coesão grupal, atividades de grupo, papel de Delegado e se existe algum problema. As respostas são dadas por ala/piso ou residência, dependendo do caso em questão.

Este documento já se encontra disponível, em Google Forms, para as seguintes residências: Alegria; Combatentes; João Jacinto; Teodoro; Padre António Vieira; São Salvador; Penedo; Pedro Nunes; António José de Almeida; Polo II-1; PoloII-2 e Polo III.

Perceção dos Funcionários (Anexo XII)

A Perceção dos Funcionários é mais um instrumento pensado para serem os funcionários de cada residência a responder. Tem o objetivo destes darem a sua opinião sobre o trabalho desenvolvido pelo Delegado, através da resposta a algumas perguntas e da redação de alguma observação que o funcionário em causa achar pertinente.

Este Documento já se encontra disponível para preenchimento, através do Google Forms.

Registo de Atividades (Anexo XIII)

O Registo de Atividades é um instrumento que é preenchido pelos Delegados onde eles apresentam todas atividades que realizaram com os restantes residentes. Estas atividades podem ser reuniões de casa, organização de eventos, colaboração com os SASUC, entre outras.

Neste instrumento, os delegados têm de colocar a quantidade de horas gasta tanto na preparação da atividade bem como na atividade em si, o dia e a hora de cada atividade, o número de participantes e se quiserem fazer algumas observações também o podem fazer.

Agora este instrumento também está disponível através do Google Forms.

Questionário de desempenho de funções enquanto Delegado (Anexo XIV)

Este questionário é o instrumento que tem por objetivo perceber quais os motivos que levaram o estudante residente a aceitar o papel de Delegado, qual os receios do estudante em relação às dificuldades que enfrenta e ou possa vir a enfrentar e qual a sua motivação para desempenhar este papel.

Este documento já se encontra disponível para preenchimento através do Google Forms.

Instrumentos usados nas Formações UC_Skills

PowerPoints (Anexo XV)

Os PowerPoints são usados para apresentar nas sessões de formação UC_Skills. Existem quatro PowerPoints que correspondem aos seguintes temas: Métodos de Estudo; Gestão de Tempo; Apresentação de Trabalhos Orais; Gestão de Stress e Ansiedade.

Fichas de Atividades (Anexo XVI)

As Fichas de Atividades servem de complemento às formações. Mantêm os quatro temas (Métodos de Estudo, Gestão de Tempo, Apresentação de Trabalhos Orais e Gestão de Stress e Ansiedade) e têm o objetivo de serem entregues aos estudantes para que consigam ir realizando durante a sessão e também para que possam ficar com elas como suporte de ajuda depois para estudar.

Certificados (Apêndice IX)

Os certificados têm o objetivo de atestar a participação de cada estudante na sessão de formação. São preenchidos por Técnica Superior, ou assistente técnica e assinados pelo Senhor Administrador.

Questionário de Avaliação da Formação UC Skills (Anexo XVII)

O Questionário de Avaliação da Formação UC_Skills é pensado para ser preenchido pelos estudantes que participaram numa Formação UC_Skills. Os estudantes através deste documento podem avaliar a formadora e a sua postura como formandos, sendo que no final podem também dar sugestões de melhoria.

Este documento, agora, está disponível através do Google Forms.

Informação Legal e Consentimento Informado (Anexo XVIII)

A Informação Legal e Consentimento Informado é preenchido no final pelos formandos e tem o objetivo de garantir que os seus dados pessoais estão e serão protegidos.

Instrumentos usados em outras atividades

Relaxamento Progressivo de Jacobson

“O relaxamento muscular progressivo proposto pelo médico Edmund Jacobson (1888-1983) apresenta-se como comportamento concorrente ao do estresse por eliciar respostas orgânicas opostas às de tensão fisiológica provocada por situações estressoras, como regulação da pressão sanguínea, frequência cardíaca, respiração, circulação, reflexo pupilar e trabalho muscular. A partir do momento em que se pode controlar, diretamente, os músculos, mas não o sistema nervoso autônomo, as consequências são de longo alcance. Transitar do estado de tensão para o de relaxamento dentro do prazo de poucos minutos ou menos é resultado da insistência reiterada na prática do controle da tensão, sendo que alcançar esse hábito deveria ser um aprendizado mais fácil do que ocorre. Para concluir o curso desse aprendizado e relaxar logo que a tensão apareça, torna-se necessário treino de dias, meses ou até anos para muitas pessoas e o objetivo não é encerrar as tensões, pois fazem parte da vida, mas sim de utilizar o relaxamento como meio para controlá-las” (Jacobson, 1976 como citado por Freitas, Calais & Cardoso).

Mindfulness

“Os componentes desta habilidade (*mindfulness*) são: (1) Observar: estar atento a eventos, a emoções e a diversos aspectos do próprio comportamento. Esta habilidade pretende que o participante aprenda a detectar e reconhecer estes eventos e a não usar estratégias de esquiva ou controle das emoções. Ele observa os conteúdos como sendo distintos de si mesmo. Com isto, sentimentos e pensamentos aversivos deixam de ser ameaçadores. (2) Descrever: refere-se ao relato verbal dos eventos e das próprias reações a eles. Aqui a escolha de uma linguagem que seja realmente descritiva, e não avaliativa ou explicativa, é importante. (3) Participar plenamente sem promover atividades paralelas como racionalizar ou justificar. As qualidades que definem estas habilidades na prática são: (1) Não julgar, isto é: não avaliar, categorizar, descartar ou desqualificar. (2) Estar atento, de forma integral, a somente uma coisa de cada vez. (3) Agir de forma efetiva, em total acordo com seus valores e alvos de vida.” (Vandenberghe & Sousa, 2006).

“Os exercícios no grupo são muito variados e incluem estar intencionalmente atento às sensações corporais, como por exemplo, as sensações de sentar numa cadeira, de colocar a mão numa superfície, e exercícios focando a observação dos próprios pensamentos e sentimentos, aprendendo que devem ser reconhecidos como simplesmente pensamentos e sentimentos e nada mais.” (Vandenberghe & Sousa, 2006).

Planos de sessão UC BeWell (Apêndice II)

Os planos de sessão eram realizados por a formadora responsável pela formação do dia. Os nossos planos de sessão (Apêndice II) organizavam e dividiam a formação com tempo esperado para cada momento e apresentavam um guião, com tudo o que se tinha de dizer.

Questionário de Avaliação UC BeWell (Apêndice XI)

O Questionário de Avaliação UC BeWell é um instrumento criado para ser usado no programa UC BeWell. No final de cada sessão era colocado no *chat* o link que dava acesso a este questionário, com a finalidade de os estudantes que participaram na sessão pudessem avaliá-la e contribuir com sugestões de melhoria.

Consultas de Psicopedagogia

As Consultas Psicopedagógica de combate ao insucesso académico ocuparam um lugar central no estágio.

Tiveram início no final do mês de outubro, mais tarde do que estava previsto o que aconteceu devido à situação pandémica.

As consultas que puderam ser observadas foram apenas as de alunos que iniciaram acompanhamento neste ano letivo (2020/2021), com o objetivo de poder acompanhar os casos a partir de início. Ainda assim, todos os estudantes foram questionados de forma oral se não se importavam que tivessem uma aluna Estagiária de Ciências de Educação a assistir. As consultas realizadas via Zoom (resposta adaptada tendo em conta a situação pandémica) tinham a duração de uma hora, podendo ter um intervalo de quinze dias ou mais. Os estudantes eram convocados pela assistente técnica que organizava a agenda semanalmente e depois no dia anterior de cada consulta era enviado por nós o link de acesso.

Este programa foi pensado para estudantes de fim de linha, está claramente organizado para dar resposta prioritária aos estudantes residentes, em que num trabalho conjunto com as assistentes sociais são levantados os resultados académicos e sinalizados os estudantes que carecem de um apoio especializado para o ato de estudo, bem como de apoio motivacional num processo de adaptação e integração de novas estratégias de organização e métodos de estudo.

Estas consultas como são agendadas pelo serviço facilmente o horário atribuído para cada estudante não corresponde à sua disponibilidade, pelo que os estudantes que não pudessem comparecer enviavam um email a pedir reagendamento de acordo com a sua disponibilidade, porém quem não o fizesse e desse duas faltas consecutivas o seu processo era arquivado.

O estudante posteriormente no momento da consulta é lhe dado dez minutos para comparecer caso contrário é lhe marcado falta.

Assim, durante o ano letivo analisamos e observamos um total de vinte e quatro casos.

Dos casos indicados, dois nunca chegaram a comparecer, seis compareceram à primeira sessão e não apareceram mais, cinco compareceram a duas sessões, um compareceram a três sessões (um deles teve alta apenas com três sessões por não poder acumular as consultas de psicopedagogia com as consultas de psicologia nos serviços de saúde e segurança no trabalho na UC) e doze realizaram o programa na íntegra tendo tido alta na quinta sessão. De realçar que duas pessoas recusaram entrar no programa e transmitiram esta informação via email sem nunca comparecerem a nenhuma convocatória. Nos dois semestres em todos os casos observados por nós foram efetuadas cento e cinquenta e uma convocatórias, sendo oitenta e uma de consultas realizadas, quinze foram de consultas desmarcadas e cinquenta e cinco corresponde ao número de faltas.

Dos casos observados, a nível de Medidas de Encaminhamento de Nível 1, cinco estudantes foram encaminhados para o Apoio Médico/ Psicológico/ Psiquiátrico, vinte e três para o Programa de Coaching (individual), dois para o Desporto nas RU, um para uma Associação de Estudantes, um para o Instituto Justiça e Paz, dois para o Apoio Social, um para o Programa Experimenta GDUC, um para as sessões de Formação UC_Skills.

Dos casos observados, a nível de Medidas de Encaminhamento de Nível 2, um estudante foi encaminhado para o Programa Métodos de Estudo e Organização da Agenda Pessoal, dez para explicações e doze não tiveram qualquer medida sugerida para implementação.

Independentemente das medidas de Encaminhamento de Nível 1 e 2, os estudantes podem acumular medidas em cada nível e conciliar medidas de dois níveis.

No segundo semestre além da continuação do trabalho de observação também acompanhámos novos estudantes de início ao fim, ainda que mantivéssemos a orientadora de estágio a observar. No total foram-nos confiados sete casos, dos quais um estudante compareceu à primeira sessão, e não quis entrar no programa de combate ao insucesso académico, outro estudante compareceu à primeira sessão e quis entrar e depois nunca mais compareceu nas sessões e três estudantes foram convocados tanto no primeiro e segundo semestre, mas nunca chegaram a aparecer. Dos casos por nós seguidos foram efetuadas quarenta e seis convocatórias das quais catorze foram consultas realizadas, quatro foram desmarcadas e houve vinte e oito faltas. Os processos que seguimos foram processos que já tinham sido convocados no primeiro semestre, mas que não chegaram a comparecer pelo que se tentou novamente convocar no segundo semestre.

Dos casos de intervenção, a nível de medidas de Encaminhamento de Nível 1, três foram para o Programa de Coaching (individual) e em um caso não existiu qualquer medida aplicada.

Dos casos de intervenção, a nível de medidas de Encaminhamento de Nível 2, três foram para o Programa Métodos de Estudo e Organização da Agenda Pessoal, e um estudante não teve qualquer medida aplicada neste nível.

Este ano devido à pandemia o serviço não conseguiu garantir as Formações UC_Skills dirigidas em especial aos estudantes seguidos nas consultas de psicopedagogia, pelo que as formações realizadas foram a pedido dos núcleos de estudantes em que nem se chegou a fazer uma sessão por tema de formação. Apenas se incidiu nos temas solicitados que foram: Gestão de Tempo; Gestão de stress e Ansiedade; Métodos de Estudo.

Uma consequência do insucesso académico dos estudantes residentes é perderem a Bolsa de estudo paga pela Direção Geral do Ensino Superior (DGES). Para que isto não aconteça eles tem de frequentar as sessões, e mesmo se o insucesso persistir, tendo realizado o programa completo, acabam por não a perder, cabendo à técnica superior que os acompanha fazer um Parecer Técnico que, em alguns casos se acompanha de uma “Informação Psicopedagógica” com diferentes finalidades como por exemplo: os estudantes terem acesso à época especial, a permanecer na residência mesmo com as mensalidades em atraso, entre outras.

Manual de combate ao Insucesso Académico

Este manual (Apêndice III) surge como material de apoio às consultas de psicopedagogia, e foi desenvolvido por nós, durante todo o ano letivo a pedido da nossa Orientadora local.

Mantendo um olhar no que são os recursos disponíveis e as necessidades a que o apoio psicopedagógico pretende dar resposta, o manual visou a otimização de recursos de forma a conseguir-se dar resposta a um maior número de alunos.

Este trabalho partiu de outro já existente e disponível só em formato CD, pelo que se pretendeu, após consulta da literatura atualizada, a integração de conteúdos e de novos exercícios.

Efetivamente, após analisarmos as características da instituição e este trabalho que nos foi pedido, percebemos que teríamos de o fazer a pensar na necessidade da instituição em si tendo em conta as suas capacidades de resposta.

Neste sentido, admitindo que qualquer programa de intervenção deve primar por uma intervenção contínua e com intervalos temporais entre sessões uniformes e não muito distantes, este trabalho que nos foi pedido não podia encaixar nestes “moldes” pelas características da instituição. Assim, o manual “Dare to Shine” foi elaborado para cinco sessões a administrar idealmente a um ritmo semanal máximo quinzenal, porém admite-se que se possa alongar um maior espaçamento pela falta de capacidade de resposta.

O manual por nós construído foi intitulado “Dare to Shine”, por se centrar e pretender facilitar o sucesso a que associamos o brilho de cada estudante que ao precisar de ajuda pode integrar o programa.

O manual “Dare to Shine” destina-se a todos alunos da Universidade de Coimbra, que estejam alojados em residências universitárias e que se encontrem em situação de insucesso escolar. Além dos que estão em residências universitárias pode ser qualquer aluno que, numa situação de insucesso escolar, seja reencaminhado pelo técnico superior ou um Docente da Universidade de Coimbra.

Este material é composto por uma parte teórica e por outra parte prática. Na parte teórica, para além da introdução, apresentamos um enquadramento que fundamenta todos os conteúdos a tratar em consulta. Descreve-se, também, a quem se dirige, isto é, o Público-Alvo e como se utiliza -Metodologia.

O manual organizou-se em quatro grandes temas: Motivação; Planificação de Hábitos de Estudo; Processamento de Informação; Preparação para Momentos de Avaliação. Admitindo que a Motivação, é transversal a todas sessões, esta componente está presente em todas elas. Dada a complexidade e extensão da componente Processamento de Informação a mesma dividiu-se em duas sessões.

Assim as sessões organizam-se do seguinte modo: Sessão 0 é uma sessão de diagnóstico; Sessão 1 com o tema de Planificação e hábitos de estudo; Sessão 2 atribuímos-lhe o tema Processamento da informação: Compreensão da leitura; Sessão 3 ficou com o tema Processamento da informação: Composição escrita; Sessão 4 outorgamos o tema Preparação para momentos de avaliação.

Numa segunda parte é apresentada a planificação de todas as sessões que são compostas por um enquadramento que explica o teor da sessão e por objetivos delineados de acordo com o tema a trabalhar. São, ainda, apresentadas as atividades de cada sessão. À sessão 1 correspondem nove atividades, à sessão 2 quatro atividades, à sessão 3 três atividades e à sessão 4 doze atividades.

As sessões serão desenvolvidas por um técnico superior com formação nas áreas das Ciências da Educação ou da Psicologia, ou com formação equivalente.

Estas sessões embora estejam estruturadas por uma ordem não requerem serem aplicadas exatamente assim, porque admitindo que um total de cinco sessões obrigatórias de uma hora com cada estudante é pouco, é muito importante que exista um bom diagnóstico (realizado na Sessão 0) para percebemos quais as áreas que precisam ser mais trabalhadas em favor de outras. Apesar de o manual só estar pensado para cinco sessões, sempre que se for necessário podem-se realizar mais sessões com o estudante até que se verifique uma situação mais estável, e desde que exista capacidade de resposta para realizar mais consultas. Neste sentido, admitimos que o manual “Dare to Shine” tem um carácter flexível e moldável a cada estudante justamente porque é um manual construído para um serviço.

Esta nova resposta estruturada pretende salvaguardar todo o trabalho realizado anteriormente e integrar novos conhecimentos de maneira a poder aumentar a qualidade de resposta. Neste sentido no manual “Dare to Shine”, é introduzido o modelo SRSD que pode ser trabalhado na mesma medida que o método PLEMA, sendo que o primeiro está ligado com a competência da escrita e o segundo com a competência da leitura.

Além desta nova aquisição na resposta, o manual “Dare to Shine” apresenta um conjunto de exercícios prescritivos que se podem enviar ao estudante para que os use como auxílio ao seu estudo. Este manual procurou, ainda, reunir e reformular alguns exercícios que o antigo programa integrava, mas não eram usados nas consultas de psicopedagogia.

Efetivamente, o programa “Plano de Apoio à Transição” disponível apenas em CD, com a implementação deste manual torna o material para as consultas de psicopedagogia de fácil acesso através de um ficheiro PDF ou da impressão do mesmo.

Ainda que inicialmente esteja dirigido aos estudantes alojados em residências universitárias que apresentam mais vulnerabilidade ao insucesso escolar, futuramente, mediante o aumento do pessoal técnico qualificado, pode ser ampliado e projetado para todos os alunos em situação de insucesso académico na UC.

As sessões foram pensadas para serem aplicadas individualmente a estudantes do Ensino Superior. Estes estudantes não devem ser obrigados a participar, sendo que é essencial antes do início da aplicação uma consulta que servirá para perceber as razões de insucesso académico. No seu final, a aceitação da participação, deverá ser acompanhada de uma declaração do estudante de como se compromete em usufruir do programa na sua totalidade de livre vontade.

A implementação deste manual mantém as condições de acesso às consultas de psicopedagogia, a diversidade de encaminhamentos, a frequência nas quatro formações UC_Skills, o preenchimento pelo estudante da Carta Compromisso, entre outras condições previstas para aceder às consultas de psicopedagogia.

O manual “Dare to Shine” não apresenta componente de avaliação uma vez que não existiu tempo para a sua implementação e conseqüente verificação da sua eficácia.

Atividades

Atividades desenvolvidas para as Necessidades Educativas

Para a valência do apoio às Necessidades Educativas especiais foi-nos pedido que fizéssemos uma Análise de Caso (Apêndice IV) sobre um processo já existente. Para tal foi nos confiado três processos com o objetivo de os lermos atentamente e escolhermos um para analisar.

O processo escolhido foi de um estudante com Perturbação do Espectro do Autismo: Síndrome de Asperger com comorbilidade com uma Depressão.

A análise de caso organizou-se em duas partes. Numa primeira parte apresentaram-se todas as dificuldades vivenciadas pelo estudante e todos os dados académicos que refletissem o seu trajeto. A segunda parte incluiu uma reflexão crítica sobre o processo e sobre o Apoio às Necessidades Educativas. Além disto foi nos permitido que apontássemos medidas de intervenção para além daquelas que já existiam, a fim de melhorar e completar o processo.

Atividades desenvolvidas para o Apoio Psicopedagógico

No Apoio Psicopedagógico foi nos solicitado inicialmente que trabalhássemos o material já usado (Programa de Apoio à Transição disponível em CD), e deste pedido surgiu o Manual “Dare to Shine” (Apêndice III) que além de ser uma atualização do que existia anteriormente, reorganizou informação, integrou outros conhecimentos e outras componentes.

Posteriormente, trabalhamos material que precisava de ser convertido para um formato digital para poder ser usado, visto que as consultas saíram do formato presencial para o formato online através da plataforma Zoom. Assim, foi necessário converter para a plataforma Google Forms o guião de entrevista, que é um material usado na sessão de diagnóstico e tem o objetivo de ajudar o Técnico Superior a conhecer melhor o estudante.

Tivemos, igualmente, de passar de formato papel para Google Forms a Carta Compromisso (Anexo VIII) e a Declaração de Cedência de Dados Pessoais (Anexo IX), de forma que no final da sessão diagnóstico serem enviados os dois *links* para os estudantes preencherem.

A Carta Compromisso (Anexo VIII) tem como objetivo servir como um “contrato” preenchido e assinado pelos estudantes, onde estes aceitam e comprometem-se em ir a todas as consultas de psicopedagogia até completarem o programa, a mudarem de comportamento de acordo com o que lhe é recomendado em consulta e em participarem nas quatro sessões de formação UC_Skills. A Declaração de Cedência de Dados Pessoais (Anexo IX) é preenchida também pelo estudante, e tem como objetivo que este autorize a cedência dos seus dados a outros profissionais dentro dos SASUC, como por exemplo ao assistente social que o acompanha para que possa consultar o seu processo psicopedagógico.

Da nossa parte cresceu também o agendamento das consultas via Zoom e envio do link a cada estudante.

Das sessões realizadas por nós, tivemos de fazer os registos de cada sessão em suporte papel e nos processos oficiais de cada estudante. No que concerne às sessões observadas tínhamos de fazer os registos de sessão em suporte Word para enviar posteriormente à nossa Orientadora local.

No fim de cada semestre é necessário realizar um relatório oficial das consultas de psicopedagogia (Apêndice V), para tal foi pedido também a nossa colaboração através da realização e análise de gráficos correspondentes às respostas dadas pelos estudantes no guião de entrevista e de gráficos referentes ao número de consultas realizadas e ao número de faltas dadas pelos estudantes às consultas.

Dos casos em que as consultas foram feitas por nós, foi solicitado que escolhêssemos duas para fazermos dois casos clínicos (Apêndice VI) com o objetivo de aprendermos a fazer uma caracterização de caráter pessoal do utente seguido nas consultas.

Para fazer esta atividade a Mestre Margarida Rodrigues cedeu-nos um documento que nos permitiu perceber a informação necessária para a elaboração de um caso clínico, e ajudou-nos a organizar e colocar a informação recolhida do utente.

Posteriormente à realização dos casos clínicos a Mestre Margarida Rodrigues desafiou-nos a realizar duas Análises de Caso (Apêndice VII) relativas aos casos escolhidos para a tarefa anterior. Para esta tarefa tivemos de reorganizar a informação recolhida para os casos clínicos, e numa segunda parte realizar uma reflexão clínica sobre a intervenção feita com os estudantes e sobre as potencialidades e limitações apresentadas pelas consultas de psicopedagogia.

Atividades desenvolvidas para o Apoio por Pares

Para a valência de Apoio por Pares o nosso trabalho baseou-se na produção, reestruturação e transformação dos formatos dos materiais já existentes. Efetivamente o funcionamento regular desta valência foi afetado com a situação pandémica pelo que foi necessário alterar os materiais para um suporte que facilitasse o acesso a todos.

Na impossibilidade de assistirmos às reuniões de Supervisão de Delegados devido a este ano não existir novos Delegados e todas reuniões feitas foi com estudantes já com processos de outros anos.

Começamos por transformar o “Questionário de desempenho das funções enquanto Delegados” (Anexo XIV) de um formato Word para Google Forms. Este documento tem por objetivo conhecer melhor os Delegados, no que diz respeito aos motivos que os moveu para aceitarem este “papel” e a sua forma de agir perante diferentes situações que possam acontecer dentro da residência. Neste sentido, são os próprios Delegados que devem preencher este documento.

Outro material transformado para Google Forms foi a “Folha de Registo de Atividades” (Anexo XIII), que deve ser preenchida à semelhança do documento anterior pelos próprios Delegados, e permite dar a conhecer todas as atividades dinamizadas pelos mesmos.

O documento “Perceção dos Funcionários” (Anexo XII) também este foi alterado para Google Forms, de modo a que os Funcionários tivessem maior facilidade em preencher, com base na sua opinião, sobre o trabalho e conduta do Delegado.

Numa reflexão feita por nós, foi nos notório que existia uma falha no processo de avaliar os Delegados, visto que estes preenchiam um documento que serve quase como autoavaliação, além de entregarem um plano de atividades realizadas durante o ano letivo, sendo que os próprios funcionários de cada residência preenchem também outro documento onde apresentam a sua opinião sobre o trabalho desenvolvido pelos Delegados. Porém ninguém dava a oportunidade aos outros residentes de darem a sua opinião sobre o Delegado da sua residência (ala/piso). Assim, apontando nós esta lacuna foi nos dado a oportunidade de realizar uma proposta de documento que pudesse servir para este fim, enquadrando-se nos ideais do Serviço e que responde a esta necessidade.

Neste sentido produzimos dois documentos com um conteúdo idêntico, um para aplicar no início do ano letivo e outro no fim de cada semestre, com o nome “O teu Delegado e a tua ação na Residência” (Apêndice XVIII). O primeiro documento pretende perceber o que o residente espera da ação do Delegado e da sua postura perante diferentes situações, no segundo documento os residentes têm a oportunidade de avaliarem a conduta do Delegado e a sua, ainda podendo deixar sugestões de melhoria. Este trabalho será para aplicação no próximo ano letivo (2021/2022) ou para o seguinte mediante a aprovação positiva do Senhor Administrador dos Serviços de Ação Social da Universidade Coimbra. Estes documentos ficaram disponíveis em formato PDF e na plataforma Google Forms.

Transformámos também as “Fichas de Diagnóstico das RU”(Anexo X) que são preenchidas pelos funcionários e têm objetivo de o Funcionário responsável avaliar as limpezas, a coesão grupal, atividades do grupo e papel do Delegado. Como as residências universitárias não gozam de uma infraestrutura que seja comum a todas, precisámos de fazer um documento destes para cada residência, visto que a resposta é dada por piso e ou ala. Produzimos assim fichas para 12 residências.

Existia ainda outro documento intitulado “Sabias que...” (Apêndice I) que tem por objetivo dar a conhecer de forma simples as regras internas das Residências Universitárias que, para além de passarmos para Google Forms, foi também revisto por nós. Neste documento foi introduzida uma questão em que se pedia aos estudantes que dessem a sua opinião sobre o as regras lidas.

Atividades desenvolvidas para a Formação UC_Skills

A valência da Formação UC_Skills foi a primeira com a qual tivemos contacto e para a qual desenvolvemos atividades primeiramente.

Foram nos fornecidas as apresentações usadas em cada formação com o objetivo de as colocarmos num *template* oficial da Universidade de Coimbra, e para revermos toda a informação apresentada com a possibilidade de darmos sugestões de melhoria. Deste trabalho de reflexão surgiu a sugestão de reestruturação de todos os objetivos de todas as sessões de formação. Tal sugestão foi analisada pela Mestre Margarida Rodrigues que deu autorização para proceder à alteração.

Um outro material de grande importância usado durante as formações são os exercícios fornecidos a todos os formandos no início de cada formação. Estes exercícios precisavam de ser reformulados de forma a tornarem-se mais apelativos, para tal foi-nos solicitado que fizéssemos essas alterações.

Posteriormente a cada sessão de formação é enviado a cada estudante um certificado que comprova que a sua participação. Fizemos uma adaptação deste certificado para ficar mais atrativo, tendo apresentado três propostas (Apêndice X) os quais foram aprovadas pelo Senhor Administrador dos SASUC para serem entregues aos alunos.

Foi nosso trabalho ainda o preenchimento dos certificados com os dados pessoais dos estudantes de todas as formações UC_Skills realizadas.

No final de cada sessão os formandos tinham de conseguir preencher um questionário de avaliação (Anexo XVII) e um registo de consentimento informado (Anexo XVIII), então foi-nos solicitado que convertêssemos esses documentos para a plataforma Google Forms.

Durante cada sessão de formação foi nossa a tarefa de auxiliar, através da verificação das presenças dos formandos presentes, do envio das atividades que serviam de apoio à sessão e do envio dos links do consentimento informado e do questionário de avaliação da sessão.

Posteriormente a cada sessão de formação era necessário fazer um relatório oficial (Apêndice XII) com base nas respostas dadas pelos estudantes ao questionário de avaliação, assim sendo, era da nossa responsabilidade fazer todos os relatórios de todas as sessões de formação.

Outras atividades

A par de todas as atividades desenvolvidas dentro das valências oficializadas pelo NIA|SASUC, outras foram desenvolvidas pontualmente pela Mestre Margarida Rodrigues, tendo contado com o nosso auxílio.

Desenvolvemos assim a UC_BeWell que surgiu no seguimento da implementação do estado de emergência no dia 15 de janeiro, que provocou o cancelamento imediato de todos os exames (acabaram por ser remarcados uma semana depois), prevendo a passagem das aulas do segundo semestre para um formato 100% online e a obrigatoriedade do teletrabalho.

A UC_BeWell foi um programa que tem por objetivo promover o bem-estar psicológico, através de técnicas de relaxamento e de mindfulness, foi realizado nos oito dias úteis entre o dia 27 janeiro e ao dia 5 de fevereiro de 2021, com o horário pré-estabelecido das 11 horas até às 11:15 horas.

Cada sessão pensada para quinze minutos iniciava-se com a apresentação da dinamizadora, passava para os exercícios, e terminava com os participantes a dizerem um receio e uma esperança que tinham.

Este novo programa dirigido aos estudantes alojados em residências universitárias contou com o nosso apoio, primeiramente para desenvolver um questionário na plataforma Google Forms que os estudantes deviam preencher no final de cada sessão diária com o objetivo de fazerem uma avaliação e de dar sugestões de melhoria.

Dos oito dias úteis, dois foram dinamizados por nós onde realizamos sessões de relaxamento corporal. Para estes momentos tivemos de realizar planos de sessão que nos orientassem.

Nos dias em que não era a nossa tarefa dinamizar, em que as sessões estavam ao encargo da Mestre Margarida Rodrigues, dávamos apoio recolhendo os anseios e os desejos dos estudantes e enviando o link para o preenchimento do questionário de avaliação (Apêndice XI).

Com o término do programa era importante fazer um relatório que permitisse perceber se era viável continuar ou não com o programa. Neste sentido foi nossa tarefa a redação do relatório (Apêndice XII) que concluiu que dada a pouca adesão, não era viável a continuidade.

No dia 20 e 22 de abril, na semana para a promoção da Saúde Mental promovida e desenvolvida pela UC, voltamos a repetir duas sessões de relaxamento corporal, onde o nosso trabalho foi essencialmente assistir e prestar algum tipo de auxílio quando necessário ou solicitado.

Casos observados

Todos os casos apresentados são de estudantes com reprovação.⁵

Estudante 1

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 2

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldade em gerir o tempo para estudo; Ansiedade; Saudades de casa; Problemas de saúde.

Nº consultas para tratamento: 5

Medidas de encaminhamento nível 1: Apoio Médico/ Psicológico/ Psiquiátrico; Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Inexistentes.

Estudante 2

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 2

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de organização das estratégias e métodos de estudo; Dificuldade de adaptação ao método de ensino dos professores; O curso é mais difícil do que esperava; Tem trabalhado menos do que o necessário; Saudades de casa; Receio em criar expectativas para o seu futuro profissional.

Nº consultas para tratamento: 5

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual); Desporto nas RU.

Medidas de encaminhamento nível 2: Explicações.

⁵ Foram omitidas todas as informações de carácter pessoal que pudessem levar à identificação dos estudantes.

Estudante 3

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 2

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Começou o ano letivo mais tarde; Dificuldade de adaptação aos métodos de ensino e dos professores; Dificuldade de organização das estratégias e métodos de estudo; O curso não corresponde às suas expectativas; Saudades de casa.

Nº consultas para tratamento: 5

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual); para uma Associação de Estudantes; Instituto Justiça e Paz.

Medidas de encaminhamento nível 2: Explicações.

Estudante 4

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 3

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de adaptação aos métodos de ensino e dos professores; Tem trabalhado menos para o curso que os colegas; Saudades de casa; Dificuldades económicas.

Nº consultas para tratamento: 2

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual); Apoio Social dos SAS.

Medidas de encaminhamento nível 2: Métodos de estudo e organização da agenda pessoal.

Estudante 5

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 2

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Começou o ano letivo tarde; Saudades de casa.

Nº consultas para tratamento: 5

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Inexistentes.

Estudante 6

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 2

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de organização das estratégias e métodos de estudo; O curso é mais difícil do que pensava; Tem trabalhado menos para o curso do que os colegas; Saudades de Casa; Dificuldades no namoro; Falta de motivação; Dificuldade de adaptação.

Nº consultas para tratamento: 5

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Explicações.

Estudante 7

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 5

Ano curricular: 3º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldade de organização das estratégias e métodos de estudo; Tem trabalhado menos para o curso do que os colegas; O curso é mais difícil do que pensava; Falta de Motivação.

Nº consultas para tratamento: 5

Medidas de encaminhamento nível 1: Apoio Social dos SAS; Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Inexistentes.

Estudante 8

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 2

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Começou o ano letivo tarde; Dificuldades de adaptação aos métodos de ensino e dos professores; Dificuldades de organização das estratégias e métodos de estudo; Dificuldades na relação com os colegas; Dificuldades de adaptação à residência; Dificuldade de integração social; Saudades de casa; Problemas de Saúde.

Nº consultas para tratamento: 5

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Explicações.

Estudante 9

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 2

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de adaptação aos métodos de ensino e dos professores; Dificuldades de organização das estratégias e métodos de estudo; Dificuldade de relação com os colegas; Dificuldades de adaptação à residência; Dificuldades de integração social (ter um grupo de amigos próximo); Tem trabalhado menos para o curso do que os colegas; Saudades de casa; Dificuldades económicas.

Nº consultas para tratamento: 5

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Inexistentes.

Estudante 10

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 2

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Começou o ano letivo mais tarde; Dificuldade de relação com os colegas; Tem trabalhado menos para o curso do que os colegas.

Nº consultas para tratamento: 1

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual); Experimenta GDUC.

Medidas de encaminhamento nível 2: Explicações.

Estudante 11

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 3

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de adaptação aos métodos de ensino e dos professores; Dificuldades de organização das estratégias e métodos de estudo; O curso é mais difícil do que pensava; Tem trabalhado menos para o curso do que os seus colegas; Saudades de casa; Receio em criar expetativas em relação ao futuro profissional.

Nº consultas para tratamento: 5

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual); Desporto nas RU.

Medidas de encaminhamento nível 2: Explicações.

Estudante 12

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 2

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de adaptação aos métodos de ensino e dos professores; Dificuldade de organização das estratégias e métodos de estudo; Dificuldades de integração social (ter um grupo de amigos próximo); O curso não corresponde às suas expetativas; O curso é mais difícil do que pensava; Saudades de casa.

Nº consultas para tratamento: 2

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Inexistentes.

Estudante 13

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 3

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Começou o ano letivo mais tarde; O curso é mais difícil do que pensava, tem trabalhado menos para o curso do que os colegas e tem saudades de casa; Não consegue acompanhar o ritmo de estudo; Ansiedade.

Nº consultas para tratamento: 3

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual); Apoio Médico/ Psicológico/ Psiquiátrico.

Medidas de encaminhamento nível 2: Inexistentes.

Estudante 14

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 3

Ano curricular: 2º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldade de adaptação aos métodos de ensino e dos professores; Dificuldades de organização das estratégias e métodos de ensino; Dificuldades de relação com os colegas; O curso é mais difícil do que pensava; Saudades de casa; Dificuldades económicas; Receio em criar expetativas em relação ao futuro proximal; Dificuldade em lidar com o stress e a ansiedade.

Nº consultas para tratamento: 5

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Explicações.

Estudante 15

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas:3

Ano curricular: 2º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Problemas saúde no agregado; Falta de internet em casa; Término de um relacionamento amoroso; Situação Pandémica.

Nº consultas para tratamento: 1

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Inexistentes.

Estudante 16

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 4

Ano curricular: 3º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de integração social; O curso é mais difícil do que pensava; Problemas de saúde no agregado familiar; Falta de concentração.

Nº consultas para tratamento: 1

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Inexistentes

Estudante 17

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 6

Ano curricular: 3º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de organização de estratégias e métodos de estudo; Tem trabalhado menos para o curso do que os seus colegas; Receio em criar expectativas em relação ao futuro profissional; Dificuldades na gestão de tempo.

Nº consultas para tratamento: 1

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Inexistentes.

Estudante 18

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 2

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de adaptação aos métodos de ensino e dos professores; Dificuldades de organização de estratégias e métodos de estudo; Dificuldade de relação com os colegas; Dificuldade de integração e adaptação nas residências; O curso é mais difícil do que pensava; Tem trabalhado menos para o curso do que os colegas; Saudades de casa; Dificuldades económicas; Receio em criar expectativas em relação ao futuro profissional.

Nº consultas para tratamento: 5

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual); Apoio Médico/ Psicológico/ Psiquiátrico.

Medidas de encaminhamento nível 2: Explicações.

Estudante 19

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 5

Ano curricular: 3º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de adaptação aos métodos de ensino e dos professores; O curso é mais difícil do que pensava.

Nº consultas para tratamento: 1

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual); Apoio Médico/ Psicológico/ Psiquiátrico.

Medidas de encaminhamento nível 2: Explicações.

Estudante 20

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 2

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de adaptação aos métodos de ensino e dos professores; Dificuldade de organização das estratégias e métodos de estudo; Dificuldade de relação com os colegas; Dificuldade de integração Social; O curso não corresponde às suas expetativas; Tem trabalhado menos para o curso do que os seus colegas; Saudades de casa; Dificuldades económicas; Falta de motivação; Problemas de Saúde.

Nº consultas para tratamento: 5

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Explicações.

Estudante 21

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 4

Ano curricular: 3º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de atenção e concentração; Dificuldade em ter a perceção do tempo;

Nº consultas para tratamento: 2

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Inexistentes.

Estudante 22

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 5

Ano curricular: 2º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de adaptação aos métodos de ensino e dos professores; Dificuldades de relação com os colegas; Dificuldades de integração social (ter um grupo de amigos próximo); Saudades de casa; Dificuldades económicas; Necessidade de conciliar os estudos com o trabalho.

Nº consultas para tratamento: 2

Medidas de encaminhamento nível 1: Apoio médico/ Psicológico/ Psiquiátrico; Programa de *Coaching* (individual); UC_Skills.

Medidas de encaminhamento nível 2: Explicações.

Estudante 23

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 3

Ano curricular: 3º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de adaptação aos métodos de ensino e dos professores; Dificuldades de organização das estratégias e métodos de estudo; Dificuldades de relações interpessoais; Dificuldades de integração social (ter um grupo de amigos próximo); O curso não corresponde às suas expetativas; Tem trabalhado menos para o curso do que os seus colegas; Saudades de casa; Dificuldades económicas.

Nº consultas para tratamento: 2

Medidas de encaminhamento nível 1: Apoio médico/ Psicológico/ Psiquiátrico; Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Inexistente.

Estudante 24

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 4

Ano curricular: 3º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldade de adaptação aos métodos de ensino e dos professores; Dificuldades de organização das estratégias e métodos de estudo; Dificuldade na relação entre pares; Dificuldade de integração social (ter um grupo de amigos próximo); O curso é mais difícil do que pensava; Tem trabalhado menos para o curso do que os colegas; Saudades de casa; Problemas no namoro; Dificuldades económicas; Receio em criar expectativas em relação ao futuro profissional.

Nº consultas para tratamento: 1

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Inexistente.

Casos de intervenção

Estudante 25

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 2

Ano curricular: 1º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldade de organização das estratégias e métodos de estudo; O curso não corresponde às suas expetativas; O curso é mais difícil do que pensava; Tem trabalhado menos para o curso do que os seus colegas; Saudades de casa; Receio em criar expetativas em relação ao futuro profissional; Ansiedade.

Nº consultas para tratamento: 1

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Métodos de estudo e organização da agenda pessoal.

Estudante 26

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas:3

Ano curricular: 2º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldades de adaptação aos métodos de ensino e dos professores; Dificuldade de organização das estratégias e métodos de estudo, dificuldade de relação com os colegas; Dificuldade adaptação à residência; O curso não corresponde às suas expetativas; O curso é mais difícil do que pensava; Saudades de casa; Falta de motivação.

Nº consultas para tratamento: 6

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Métodos de estudo e organização da agenda pessoal.

Estudante 27

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas: 3

Ano curricular: 2º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldade de organização das estratégias e métodos de estudo; O curso é mais difícil do que pensava; Saudades de casa; Falta de motivação e de autoconfiança;

Nº consultas para tratamento: 6

Medidas de encaminhamento nível 1: Programa de *Coaching* (individual).

Medidas de encaminhamento nível 2: Métodos de estudo e organização da agenda pessoal.

Estudante 28

Frequenta o 1ºCiclo do Ensino Superior

Nº de matrículas:3

Ano curricular:3º

Motivos atribuídos ao insucesso académico: Dificuldade de organização das estratégias e métodos de estudo; Dificuldade de relação com os colegas de curso; Contacto com a praxe; Dificuldades económicas.

Nº consultas para tratamento: 1

Medidas de encaminhamento nível 1: Inexistentes.

Medidas de encaminhamento nível 2: Inexistentes.

Conclusão

O estágio que resultou neste relatório traduziu-se numa oportunidade de intervir através da nossa área predileta no domínio das Ciências da Educação. A nossa presença em contexto profissional, durante todo o ano letivo, permitiu que transformássemos conhecimentos teóricos, adquiridos nos três anos de licenciatura juntamente com o primeiro ano de mestrado, em conhecimentos práticos através da experiência adquirida no “terreno”.

Durante o período do estágio, o nosso trabalho, no NIA|SASUC, focou-se no programa de combate ao insucesso académico, através das consultas de psicopedagogia. Neste trabalho, era necessário suprir a necessidade de atualizar a componente teórica disponível que servia tanto para o apoio psicopedagógico como para as Formações UC_Skills. Neste sentido, surgiu o manual “Dare to Shine”(Apêndice III), que vem atualizar de forma geral o material pedagógico já existente. Nas consultas de psicopedagogia, não deixando de estar no centro das nossas atenções, desenvolvemos um trabalho de observação de vinte e quatro estudantes e fizemos intervenção em quatro estudantes, ambos apresentados neste relatório.

Desde o início, manifestámos o desejo de acompanhar necessidades educativas desejo que não se pode realizar, dada a impossibilidade de efetuar seguimentos presenciais devido à situação pandémica. Deste modo, foi-nos proposto que realizássemos uma análise de caso referente a um dos processos que foi-nos confiado.

Para desenvolver todo o trabalho foi necessário adotarmos uma postura flexível face a todos os pedidos que nos eram feitos. Desenvolvermos uma postura de resiliência com os estudantes que faltavam às sessões, ou que não se mostravam totalmente disponíveis para uma mudança comportamental. Mantivemos também uma atitude crítica fase a todo trabalho desenvolvido bem como uma conduta ética e respeitadora da deontologia profissional.

Além do que foi o foco do estágio, desenvolvemos trabalhos nas valências de Apoio por Pares, Formação UC_Skills e em outras atividades que foram criadas e implementadas durante o ano letivo.

A situação pandémica vivida a nível mundial obrigou a que o nosso estágio fosse adaptado, tendo em alguns momentos decorrido num formato de teletrabalho/tele estágio, como também muito do trabalho realizado foi feito em função de adaptações que tinham de se fazer a nível dos instrumentos usados dentro do Serviço.

O nosso trabalho como profissionais de Ciências da Educação demonstrou-se muito pertinente, sobretudo no que se refere à revisão que foi feita dos materiais pedagógicos.

Em suma, independentemente de todos os constrangimentos e mudanças ocorridas no estágio, é de salientar o crescimento pessoal, académico e profissional que nos foi permitido através do contacto com os estudantes, com o trabalho em si e com a restante equipa.

Referências Bibliográficas

Augusto Cury. (WL). KD Frases. <https://kdfrases.com/frase/93396>

Bolsas de Estudo. (WL). DGES.

<https://www.dges.gov.pt/pt/pagina/bolsas-de-estudo?plid=373>

Diário da República, 2ª serie. (2020). *Regulamento de Atribuição de Bolsas de Estudo a Estudantes do Ensino Superior* (188).

<https://dre.pt/application/conteudo/143719224>

Freitas, G. R., Calais, S. L., & Cardoso, H. F. (2018, maio-agosto). Estresse, ansiedade e qualidade de vida em professores: efeitos do relaxamento progressivo.

Psicologia Escolar e Educacional, 22(2).

<https://doi.org/10.1590/2175-35392018018180>

Ivone Boechat . (2011, 27 de janeiro). Pensador.

<https://www.pensador.com/frase/NzE4OTk5/>

Rodrigues, M., Bernardino, O., Pereira, A., Motta, E., Rodrigues, M. J., Melo, A., Teles, L., & Ferreira, J. (2012). Supervisão do processo de ajuda em Residências Universitárias. Em *Apoio psicológico no Ensino Superior: Um olhar sobre o futuro* (1ª ed., p. 95).

http://www3.uma.pt/Isoares/LuisaSoares/Proceedings_files/Livro_Atas_RESAP_ES_2012.pdf#page=95

Vandenberghe, L., & Sousa, A. (2006, June). Mindfulness nas terapias cognitivas e comportamentais. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 2(1).

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872006000100004

Universidade de Coimbra. (2021). *Acolhimento E Integração*. Serviços da Ação Social. <https://www.uc.pt/sasuc/Acolhimento-e-Integracao>

Universidade de Coimbra, Serviços da Ação Social da Universidade de Coimbra (2006). *Plano de Apoio à Transição*. Universidade de Coimbra.