



SPO INFORMA!

NEWSLETTER DO SERVIÇO DE PSICOLOGIA E ORIENTAÇÃO

FEVEREIRO 2021 • NEWSLETTER N.º 6

Dia Mundial da Justiça Social

20 de fevereiro de 2021



DESTAQUES:

Dia Mundial da Justiça Social

Competências Socioemocionais

Rubrica *Vamos Crescer Juntos*

O Dia Mundial da Justiça Social é celebrado no dia 20 de fevereiro com o propósito subjacente para a coexistência pacífica e próspera dentro e entre as nações. Foi proclamado através da Resolução 62/10 adotada na Assembleia Geral das Nações Unidas, de 26 de novembro de 2007.

O objetivo do Dia Mundial da Justiça Social passa também por enfrentar as realidades da pobreza, do desemprego e da exclusão, tentando criar oportunidades para todos e combater as desigualdades no mundo. Igualdade, bem-estar, trabalho e justiça para todos são algumas das preocupações desta data, numa altura em que se levantam questões sensíveis como as da migração e dos refugiados.

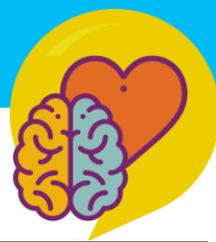
Problemas de justiça social

Diariamente são colocadas barreiras às pessoas pelo seu género, raça, etnia, idade, religião ou deficiência. O próprio sítio onde a pessoa nasce acaba por condicionar a sua liberdade e bem-estar. Cerca de 20% da população mundial consome 80% dos recursos do planeta, enquanto menos de 100 famílias detêm mais de metade da riqueza mundial. Nesta data a ONU faz um apelo às nações para a eliminação de barreiras sociais e realizam-se diferentes iniciativas pelo mundo para promover a justiça e a igualdade social, como encontros, colóquios, exposições de filmes, campanhas, etc.

A **Justiça Social** é, por si só, uma designação poderosa e envolvente, **essencial na sociedade em que vivemos.**

Não diz apenas respeito à forma como vemos quem nos rodeia e como se aplicam as leis, direitos e deveres do cidadão, mas também com o modo como se organiza a base do que a todos nos enlaça e diz respeito.

A Justiça social é uma construção moral e política baseada na igualdade de direitos e na solidariedade coletiva.



Aprendizagem de Competências Sociais e Emocionais

A aprendizagem social e emocional (Social and Emotional Learning - SEL) é o processo através do qual as crianças e adultos aprendem, adquirem e aplicam competências sociais como **compreender e gerir emoções, definir e trabalhar para atingir objetivos positivos, resolução de problemas, empatia, cooperação, estabelecimento e manutenção de relacionamentos positivos, e decisões saudáveis e responsáveis.**

O que são as competências sociais e emocionais?

Competências são capacidades para mobilizar conhecimentos, aptidões, atitudes e valores em conjunto com uma abordagem reflexiva ao processo de aprendizagem, de forma a lidar com contextos profissionais e pessoais desafiantes (OCDE, 2018). As competências socioemocionais referem-se a um conjunto de habilidades individuais que **permitem ao indivíduo a regulação dos seus pensamentos, emoções e comportamentos.**

Competências socioemocionais - de natureza cognitiva, afetiva e comportamental - estão distribuídas por 5 domínios principais:



Qual o papel da **escola**, da **família** e da **comunidade**



As **competências sociais e emocionais** são passíveis de ser medidas e são também maleáveis, ou seja, **podem ser treinadas:**

- Os técnicos e professores podem aumentar a motivação da criança, a sua auto-estima e a sua estabilidade emocional (mentores e facilitadores do processo de aprendizagem);
- Os pais/cuidadores podem providenciar um clima caloroso, apoiante e interativo (atividades e rotinas familiares);
- A comunidade pode criar oportunidades de aprendizagem informal (envolvimento em projetos pro-sociais e interativos).

É inquestionável o papel das competências socioemocionais enquanto **variáveis preditoras da saúde mental, do bem-estar e do desempenho académico.**

O desenvolvimento destas competências é **crucial para a adaptação das crianças às exigências da sociedade.**

Na EBI de Água de Pau, as competências socioemocionais são trabalhadas em contexto individual e de grupos/turmas, através da implementação de programas e da promoção de diversas atividades.



Vamos Crescer Juntos

O estilo parental refere-se ao padrão global de características da interação dos pais com os filhos em diversas situações, que geram um clima emocional (Darling & Steinberg, 1993), e encontram-se identificados como os principais determinantes do funcionamento familiar e do bem-estar das crianças (Gfroerer et al., 2011).

Os estilos parentais podem ser definidos como um conjunto de atitudes e comportamentos que se baseiam num sistema de crenças e valores que compreendem, em si mesmos, determinadas práticas, segundo as quais os pais educam os seus filhos.



Diversos estudos têm dedicado atenção aos estilos parentais, e têm demonstrado que o estilo parental de cada pai influencia diversas áreas do desenvolvimento psicossocial da criança e adolescente, tais como o contacto social, a psicopatologia e o desempenho escolar (Villas-Boas, 2015).

PROPOSTA DE ATIVIDADE:

De seguida apresenta-se uma breve definição dos 4 estilos parentais (**permissivo, autoritativo** (democrático), **negligente e autoritário**),

Solicitamos aos Pais e Cuidadores que identifiquem o seu Estilo Parental.



Estilo Parental Permissivo
(alto afeto / baixo controlo)

Este estilo é uma abordagem extremamente relaxada, onde os pais são geralmente atenciosos e afetuosos. Aceitam o comportamento dos seus filhos, bom ou mau. (Santrock, 2005).

Estilo Parental Autoritativo
(democrático)
(alto afeto / alto controlo)

O estilo parental autoritário é aquele em que se comunica de forma calorosa, tolerante e carinhosa. É moderado tanto na capacidade de resposta como nos elementos de exigência dos pais. (Spera, 2005).

Estilo Parental Negligente
(baixo afeto / baixo controlo)

Este estilo parental caracteriza-se pela ausência das figuras parentais e pelo não envolvimento emocional na vida dos filhos. Há pouca ou nenhuma expressão de amor e afeto. (Santrock, 1995).

Estilo Parental Autoritário
(baixo afeto / alto controlo)

Este tipo de estilo parental caracteriza-se por um clima emocional duro e rígido, com baixa responsividade parental (o aspeto carinhoso da criança) e alta exigência parental (controlo sobre a criança). (Spera, 2005).

Fontes:

- Santrock, J. (2017). Desenvolvimento da vida-span (16ª Ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Spera, C. (2005). Uma revisão da relação entre as práticas parentais, estilos parentais e desempenho escolar do adolescente. *Revista de Psicologia Educacional*, 17 (2), 125-146.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*, 11 (1), 55-95.
- Villas-Boas, S. (2015). Avaliação da eficácia de um programa de promoção de práticas educativas parentais implementadas na Clínica Pedagógica de Psicologia da Universidade Fernando Pessoa. Dissertação apresentada à Faculdade de Ciências Humanas e Sociais da Universidade Fernando Pessoa para obtenção do grau de mestre, orientada por Sónia Alves, Porto.
- Darling, N. & Steinberg, L. (1993). Parenting style as a context: an integrative model. *Psychological Bulletin*, 113, 487-496.
- Gfroerer, K. P., Kern, R. M., Curiel, W. L., White, J., & Joryniene, J. (2011). Parenting style and personality: Perceptions of mothers, fathers, and adolescents. *The Journal of Individual Psychology*, 67(1), 57-73.



RUBRICA

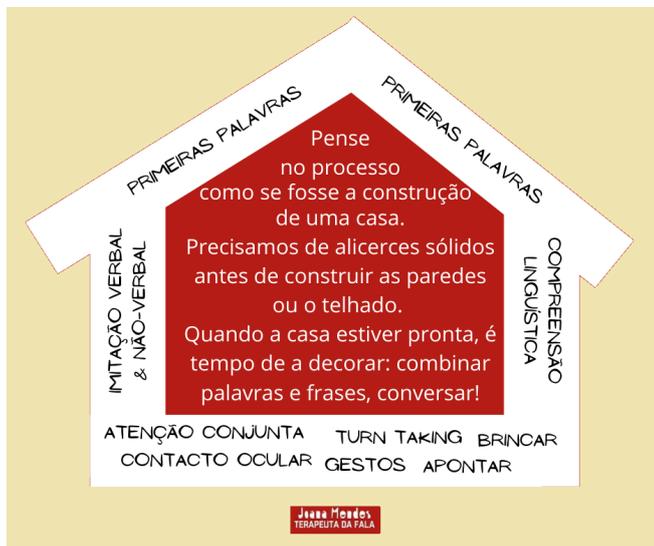
COMUNICA QUEM SABE

Partindo da analogia de que a comunicação, linguagem e fala, são como construir uma casa, e em que nos alicerces se encontram todas as competências de comunicação, é chegada a hora de entender a construção dos pilares e "paredes" da casa, nomeadamente, o **DESENVOLVIMENTO LINGUÍSTICO**.

Como se desenvolve a linguagem



Importa entender a **linguagem**, como uma área do desenvolvimento que **implica compreender e usar um código abstrato que serve para organizar e partilhar o nosso pensamento, as nossas vivências, os nossos sentimentos,....TUDO o que quisermos transmitir e receber dos outros**. A linguagem implica assim o domínio de uma língua e pode ser transmitida por vários meios sejam orais, gestuais/visuais e/ou escritos.



Base essencial para um adequado desenvolvimento linguístico:

- Adequado desenvolvimento comunicativo
- Integridade dos órgãos sensoriais (auditivo e visual)
- Adequado desenvolvimento cognitivo
- Inexistência de alterações cerebrais antes, durante e após o nascimento do bebé
- Inexistência de alterações genéticas
- Exposição a um harmonioso ambiente linguístico

Algumas problemáticas do desenvolvimento com alterações de linguagem:

- Perturbação do Espectro do Autismo
- Défice Auditivo e Défice Visual
- Perturbação do Desenvolvimento Intelectual
- Paralisia Cerebral
- Doenças genéticas (ex: Trissomia 21, X-Frágil)

Das palavras até ao verdadeiro discurso



Após o primeiro ano de vida em que o bebé está exposto a uma língua, e a múltiplos estímulos visuais, auditivos e outros, como que por magia começam a surgir as palavras com significado, geralmente entre os 12-15 meses. Relacionam-se com nomes de familiares, como mamã, papá, bô (avô), Bé (Isabel), animais ou ainda objetos/alimentos (bo » bola ou awa » água).



- Domina e usa mais de 50 palavras
- Combina duas palavras (início de frases)
- Sabe a função dos objetos
- Faz muitos pedidos
- Reage a variações na voz do adulto (zangada, contente)

- Sabe nome, idade, sexo
- Produz palavras com 2 e 3 sílabas. Familiares é que conseguem compreender o discurso
- Expressa-se para:
 - **adquirir informação** ("o que é?")
 - **expressar oposição** ("não quero!"),
 - **clarificar o que ouviu** ("ah?")
 - **comentar** ("cão grande!")
- Responde a perguntas de resposta Sim/Não e questões "Quem?", "O quê?", "Onde?".
- Gosta de brincar ao faz de conta e fala enquanto brinca

- Faladora competente
- Boooooom de vocabulário
- Produz frases com + de 3 palavras
- Discurso mais perceptível
- Usa o "eu", em vez do nome próprio
- Idade dos Porquês!
- Conta histórias simples
- Poderá gaguejar

- Usa a linguagem de forma mais social (cumprimenta, despede-se, pede por favor, agradece e pede desculpa)
- Usa frases complexas (duas frases juntas por elementos de coordenação ou subordinação e, mas, porque, por isso, enquanto)
- Fala de assuntos passados, presentes e futuros
- Faz muitas perguntas
- Usa mais a imaginação e conta histórias

- Adequa e melhora a sua articulação verbal
- Desenvolve a memória e atenção, contando histórias pela ordem dos acontecimentos
- Gosta de poesia, rimas e contar anedotas
- Participa em discussões de grupo e dá a sua opinião
- Desenvolve a consciência dos sons das palavras, conseguindo dividir frases em palavras e palavras em sílabas
- Desenvolve o gosto pela associação som/letra

Dia 22 de fevereiro – Dia do pensamento

O Dia do Pensamento, "*Thinking Day*" ou "*Founder's Day*", surgiu em 1926, como homenagem a Lord Baden-Powell e sua esposa Lady Baden-Powell, fundador e chefe mundial das Guias, tendo ambos nascido no mesmo dia, 22 de fevereiro. "Um tostão pelos teus pensamentos" foi o mote sugerido, na altura, para ajudar a implementar o guidismo pelo mundo. Trata-se de um dia em que se pretende apelar à corrente de pensamentos tendo em vista a solidariedade, a fraternidade e a paz mundiais. Neste dia, pretende-se demonstrar que os pensamentos são o princípio das ações e que para resultarem em boas ações os pensamentos necessitam de ser implementados e verdadeiramente concretizados.

Fonte: <https://www.comunilog.com/noticias/dia-tem-tico-dia-do-pensamento>; <https://www.calendarr.com/portugal/dia-do-pensamento/>

A propósito do **Dia dos/as Namorados/as**, que se celebra a 14 de fevereiro, a APAV retoma a **campanha "Dá o Clique"**, que pretende **sensibilizar os jovens para a violência no namoro**. A violência nas relações íntimas não é um fenómeno exclusivo das relações entre pessoas adultas e podem ser encontrados vários estudos nacionais e internacionais que revelam que este também é um problema presente nos relacionamentos entre as pessoas mais jovens. Em Portugal, um estudo com cerca de 4500 jovens com idades compreendidas entre os 13 e os 29 anos, constatou que **1 em cada 4 jovens relataram já ter sido vítimas de algum tipo de conduta abusiva pelo/a namorado/a**. Se, por um lado, é necessário desenvolver o trabalho de sensibilização para as diferentes formas de violência – verbal, psicológica, relacional, física ou sexual, é também essencial consciencializar para a importância do pedido de apoio.

Dia Internacional da Língua Materna - 21 de fevereiro de 2021

A língua materna estrutura-nos, é a nossa raiz, individual e grupal. Aprendemo-la na infância, crescemos nessa língua e vamos intuindo (e ajuizando sobre) o funcionamento dela. Comunicamos, pensamos, sentimos, criamos com e pela língua materna; ela é sinónimo de identidade cultural. A língua portuguesa tem cerca de 250 milhões de falantes. Ao comemorar o Dia Internacional da Língua Materna pretende-se proteger todas as línguas faladas no Mundo, honrando tradições culturais e respeitando a diversidade linguística.

Fonte: <https://www.portoeditora.pt/espaco/professor/paginas/especial/educacao-pre-escolar/apnao-pre/itis-internacional-da-lingua-materna/>

Dia Internacional da Criança com Cancro - 15 de fevereiro

O Dia Internacional da Criança com Cancro foi criado pela Childhood Cancer International e tem como objetivo ajudar todas as crianças vítimas de cancro a conseguirem acesso a melhores tratamentos e medicamentos, bem como dar apoio às suas famílias e amigos. Com este dia pretende-se educar o público em geral sobre o cancro na criança, promover o trabalho das entidades e organizações que trabalham nesta área e reunir verbas através de eventos de angariação de fundos.

Fonte: <https://www.ordermefevereiro.pt/arquivo-de-pt/NC3NA1/ginas-antiga/dia-internacional-da-crianca-15-2-com-cancro/>

Datas Comemorativas

4 de fevereiro

Dia Mundial da Luta Contra o Cancro

11 de fevereiro

**Dia Mundial do Doente
Dia Mundial da Limpeza do Computador**

12 de fevereiro

Dia Mundial da Mão Vermelha

13 de fevereiro

Dia Mundial da Rádio

14 de fevereiro

**Dia dos Namorados
(Dia de S. Valentim)**

15 de fevereiro

Dia Mundial da Criança com Cancro

17 de fevereiro

Dia Mundial da Motricidade Orofacial

20 de fevereiro

Dia Mundial da Justiça Social

21 de fevereiro

Dia Internacional da Língua Materna

28 de fevereiro

Dia Mundial das Doenças Raras

FICHA TÉCNICA

PROPRIEDADE:

Escola Básica e Integrada de Água de Pau

EDIÇÃO E REDAÇÃO:

Serviço de Psicologia e Orientação

NEWSLETTER Nº 6 - SERVIÇO DE PSICOLOGIA E ORIENTAÇÃO - EBI ÁGUA DE PAU * FEVEREIRO 2021

Estamos à distância de um e-mail... não hesite em contactar-nos!

spo.ebiap@gmail.com

