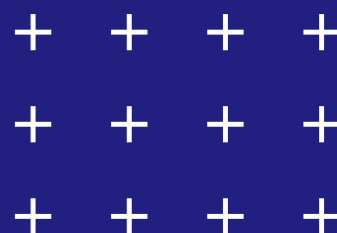


# NOVO ANO, NOVAS REGRAS

Regressar à escola: propostas para pais e cuidadores, professores, educadores e outros profissionais



**Neste início de ano letivo, regressar presencialmente à escola é fundamental.**

**Os desafios para o contexto escolar, passam, essencialmente, por apoiar a adaptação, adequar práticas e atender a possíveis dificuldades acumuladas. Muitas crianças vieram do período de confinamento, com o qual tiveram que aprender a lidar, em muitos casos sem terapias e apoios adequados. Torna-se assim importante garantir-lhes, bem como aos pais ou cuidadores, que o contexto escolar é seguro, protetor e apoiante no desenvolvimento global das crianças.**

**Segundo a UNESCO, cerca de 70% da população estudantil mundial ficou afetada pela pandemia que vivemos. Os impactos registam-se, a curto prazo, a nível cognitivo, social, académico e emocional das crianças<sup>1</sup>. A médio e longo prazo, poderá ter impactos na aprendizagem e na preparação e desempenho profissionais. A nível coletivo, estas consequências individuais podem também acarretar dificuldades económicas, sociais e não só.**

**É muito importante ter em conta estes dados e impactos em paralelo com as evidências cada vez mais consistentes de que, na população infantil, a infeção provocada pelo coronavírus SARS-CoV-2 parece ter menor incidência e sintomas ligeiros, transitórios e de evolução benigna. Estes fatores, em conjunto, devem ajudar os adultos a sentir-se cada vez mais seguros e a investir no regresso presencial à escola.**

**Lembre-se de que todos nos estamos a readaptar a novas circunstâncias e, por isso, podemos experienciar ansiedade, medo e depressão. Estes sentimentos também podem surgir nas crianças, sob a forma de alguma agressividade, apatia ou choro, entre outros sintomas, mesmo que não necessitem de intervenção especializada. Com efeito, as crianças tendem a apresentar boas capacidades de aprendizagem, adaptação e resiliência, o que as torna capazes de lidar com situações inesperadas e mais desafiantes. Para além disso, muitas estão expectantes com o regresso à escola presencial, para se encontrarem com os colegas/amigos, os professores e todo o pessoal não docente.**

**Todos os profissionais da comunidade educativa estão empenhados, motivados e sensíveis para que este regresso, com o apoio e envolvimento de todos, seja o mais tranquilo possível.**



# Sugestões para pais e cuidadores

- Envolver a criança na preparação do início do ano escolar, seja tolerante, paciente e autorregulado na sua interação (por exemplo, fale calmamente e baixo, dê alternativas, dê tempo para a criança pensar e agir);
- Incentive a partilha de emoções, usando o seu exemplo e esteja atento a possíveis sinais da criança, procurando ajuda especializada, caso se justifique;
- Ajude a construir e realçar os aspetos positivos do regresso à escola, destacando os benefícios dos reencontros com os amigos, colegas, professores e outras figuras de referência e o prazer da aprendizagem;
- Reflita e perceba se tem medos, receios ou dificuldades que possa estar a sentir e, eventualmente, a transmitir à criança. Procure apoio para essas possíveis dificuldades;
- Reforce constantemente a prática das novas regras de higiene e distanciamento social e apoie, numa fase inicial, a criança na compilação do material escolar diário para levar para a escola (pode, ainda, ler com a criança as sugestões do documento para crianças que pode encontrar aqui);
- Confie nos profissionais escolares, articule de forma próxima com eles e colabore na partilha de informação e preocupações;
- Explore informações sobre a organização da escola ou de um novo espaço, bem como orientações emitidas relativamente a novas regras de circulação, horários escolares e funcionamento de refeitórios, esclarecendo possíveis dúvidas. Esteja disponível para ouvir e partilhar, sem pressionar.

Será importante que se tenha presente que a escola é fundamental para o desenvolvimento biopsicossocial e cognitivo das crianças. Com efeito, para além da promoção de competências académicas e desenvolvimento cognitivo, o estabelecimento e promoção das relações interpessoais, neste contexto, podem ser extremamente vantajosas para o desenvolvimento de competências sociais e emocionais e potenciam o bem-estar geral.



## Sugestões para educadores, professores, auxiliares e outros profissionais em contexto escolar

- Verifique regularmente o plano de contingência e garanta que crianças, pais ou cuidadores e restantes profissionais o conhecem e compreendem. Coloque-o em local público e visível e tranquilize os pais ou cuidadores acerca das estratégias de segurança adotadas;
- Atualize os contactos de emergência de todos os elementos (alunos, mas também profissionais);
- Articule-se de forma próxima com todos os outros profissionais da escola, promovendo a partilha de necessidades e sentimentos e intervenha ao nível das crenças e atitudes individuais e coletivas que podem facilitar ou prejudicar o cumprimento das regras e orientações;
- Comunique regularmente com os pais ou cuidadores. Permita a partilha de inquietações e dúvidas, informação e sugestões de melhoria, privilegiando os contactos telefónicos ou email/plataformas;
- Tente conhecer cada vez mais a vida e a circunstância concreta de cada criança a nível familiar e social (mortes, doenças, desemprego, por exemplo). Preste atenção e encaminhe para serviços especializados, caso se justifique;
- Avalie de forma criteriosa as competências académicas e possíveis dificuldades da criança, evolução ou regressão e encaminhe para serviços especializados e apoio educativo, caso se justifique. Estabeleça, de forma ainda mais clara nesta fase, objetivos académicos e dê feedback regular à criança. Monitorize também o seu comportamento e interações com pares e adultos;
- Promova a resiliência. Não subestime a criança na sua capacidade de resiliência. Contudo, seja tolerante e paciente com ela, com os seus pares e consigo próprio. Vivemos um período singular e estamos todos a readaptarmo-nos.

Este ano, para além dos objetivos pedagógicos e curriculares, a vossa missão de ensinar, terá também que ajudar a que estes novos tempos permitam aprendizagens e convivência com o menor risco possível. É muito importante incentivar a partilha e a expressão de sentimentos com as crianças. Demonstre a sua disponibilidade e empatia para ouvir o que elas vão sentindo, promovendo o diálogo e passando mensagens de confiança e segurança.

<sup>1</sup> Neste documento usamos o termo “Criança” de acordo com a Convenção Sobre os Direitos da Criança, ou seja, contemplando todas as crianças entre os 0 e os 18 anos.

## Referências:

- Direção-Geral de Saúde (2020). Desconfinamento nas escolas. Documento disponível em <https://www.sns24.gov.pt/tema/doencas-infecciosas/covid-19/desconfinamento/desconfinamento-nas-escolas/#sec-0> e consultado em 3/9/2020.
- Direção-Geral de Saúde (2020). COVID-19: Regresso ao Regime Presencial dos 11.º e 12.º Anos de Escolaridade e dos 2.º e 3.º Anos dos Cursos de Dupla Certificação do Ensino Secundário. Documento disponível em <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0242020-de-08052020-pdf.aspx> e consultado em 28/8/2020.
- Ordem dos psicólogos Portugueses (2020). Escola saudavelmente. Documento disponível em <http://escolasaudavelmente.pt/covid19/transicoes-escolares/recomendacoes-para-pais-e-cuidadores> e em <http://escolasaudavelmente.pt/covid19/transicoes-escolares/recomendacoes-para-profissionais> e consultado em 2/9/2020.
- Sociedade Portuguesa de Pediatria, Direção da Sociedade Portuguesa de Pediatria; Direção da Sociedade de Infeciologia Pediátrica da SPP; e Direção do Colégio de Especialidade de Pediatria da Ordem dos Médicos (2020). Início do ano escolar 2020. Documento disponível em <https://www.spp.pt/noticias/default.asp?IDN=10928&op=2&ID=132> e consultado em 2/9/2020.
- UNESCO (2020). Educação: da interrupção à recuperação. Informação disponível em <https://pt.unesco.org/covid19/educationresponse> e consultada em 4/9/2020.
- UNICEF (2020). What will a return to school during the COVID-19 pandemic look like? Documento disponível em <https://www.unicef.org/coronavirus/what-will-return-school-during-covid-19-pandemic-look> e consultado em 3/9/2020.
- UK department of education (2020). Guidance for full opening: schools. Documento disponível em <https://www.gov.uk/government/publications/actions-for-schools-during-the-coronavirus-outbreak/guidance-for-full-opening-schools> e consultado em 2/9/2020.

**Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens (CNPDP CJ)**

Praça de Londres, n.º 2 – 2.º

1049-056 Lisboa

Tel. (+351) 300 509 717 | 300 509 738

E-mail: [cnpdpcj.presidencia@cnpdpcj.pt](mailto:cnpdpcj.presidencia@cnpdpcj.pt)

 [www.cnpdpcj.gov.pt](http://www.cnpdpcj.gov.pt)

 [www.facebook.com/CNPDP CJ](https://www.facebook.com/CNPDP CJ)

 [www.instagram.com/cnpdpcj](https://www.instagram.com/cnpdpcj)

 CNPDPCJ

