

## **Projeto Ginja**

### **Relatório de Avaliação ano letivo 2022/2023**

#### **Enquadramento**

A saúde psicológica é parte integrante da vida do ser humano, na perspetiva de que não existe saúde sem saúde psicológica.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, que permite às pessoas utilizarem adequadamente as suas capacidades e potencial, lidar com as adversidades diárias e trabalhar produtivamente contribuindo para o desenvolvimento da comunidade.

As emoções são a base do comportamento humano na medida em que produzem sensações físicas e emocionais provocadas por estímulos provenientes de sentimentos ou acontecimentos. A vivência das emoções é pessoal, sendo sentida de formas diferentes por cada indivíduo.

Com a pandemia agravaram-se consideravelmente diversas problemáticas em crianças/jovens, nomeadamente, a dificuldade na gestão das emoções, facto identificado pelos Agrupamentos de Escolas do Concelho de Azambuja.

O Município de Azambuja estando empenhado na promoção da saúde dos seus Municípios, decidiu tomar medidas que colmatassem as necessidades das crianças/jovens. Surge então o Projeto Ginja, programa criativo e lúdico de educação socio-emocional, primeiramente dirigido a crianças dos 3 aos 12 anos, com recurso a um conjunto de vídeos, canções, materiais e atividades num total de 18 sessões, solidamente alicerçado na evidência científica.

Este projeto foi também alvo de apreciação e validação por parte da Ordem dos Psicólogos Portugueses, que destacaram a importância da aprendizagem socioemocional, em particular, durante a primeira infância (período desenvolvimental ao qual o programa primeiramente se destina). De facto, sendo algo que pode ser trabalhado ao longo de todo o ciclo de vida, a evidência científica sublinha que é na primeira infância que a aprendizagem socioemocional produz maior

## Divisão de Intervenção Socioeducativa - Saúde

impacto a longo prazo (e.g., Mondí et al., 2021), já que é este o período em que as crianças desenvolvem um conjunto de competências cruciais para o seu desenvolvimento, nomeadamente, aprendendo a traduzir estados emocionais em linguagem, a reconhecer e a rotular tais estados em si próprias e nos outros, a discriminar emoções diferentes e a utilizar essa informação para compreender os seus comportamentos e guiar ações e pensamentos. A aquisição e desenvolvimento destas competências relaciona-se positivamente com uma maior capacidade de adaptação, auto-controlo e gestão do stress, de resolução de problemas, de resiliência e de estabelecimento de relações positivas, aspetos essenciais na prevenção de problemas emocionais e comportamentais e na promoção do bem-estar e da Saúde Psicológica ao longo da vida.

A escola, enquanto uma das primeiras experiências de socialização, é um cenário facilitador do desenvolvimento da aprendizagem socioemocional e de estratégias de regulação emocional que, por sua vez, permitem que as crianças interajam de forma mais saudável com os outros e com a sua envolvente e solucionem mais eficazmente problemas quotidianos.

O Projeto Ginja foi implementado pela 1ª vez no ano letivo 2022/2023, nos três Agrupamentos de Escolas do Município de Azambuja nas seguintes turmas sinalizadas pelas respetivas direções:

### **Agrupamento de Escolas de Azambuja**

#### Escola Básica Boavida Canada

Pré-Escolar – GB e GD

1º ano - C e D

2º ano – H e I

#### Escola Básica Inocência Carrilho Lopes

2º ano – C

#### Escola Básica de Vila Nova da Rainha

1º/2º anos – B

## Divisão de Intervenção Socioeducativa - Saúde

### **Agrupamento de Escolas do Alto de Azambuja**

#### Jardim de Infância de Manique do Intendente

Pré-escolar - B

### **Agrupamento de Escolas Vale Aveiras**

#### Jardim de Infância Vale Aveiras

Pré-escolar (JIVA2)

#### Escola Básica Vale do Paraíso

1º/2º anos

Nos Agrupamentos de Escolas de Azambuja e Alto de Azambuja o projeto foi dinamizado pelos Educadores e professores titulares de turma. Quanto ao Agrupamento de Escolas Vale Aveiras considerou a direção pertinente que o programa tivesse a dinamização das Psicólogas dada a familiaridade com a temática das emoções.

Num total participaram no projeto 212 alunos, 3 Educadoras, 6 Professores (as) e 2 Psicólogas.

### **Avaliação do Projeto**

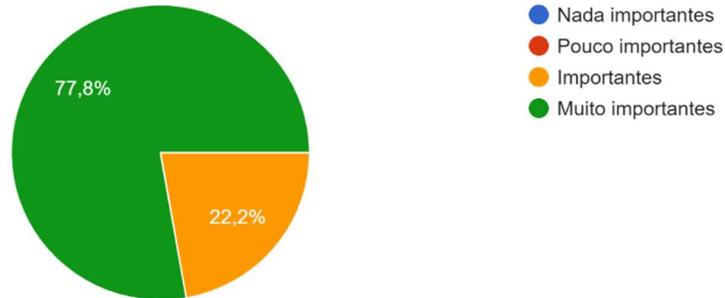
A avaliação do presente projeto decorreu em dois momentos. O primeiro foi realizado através de duas reuniões cujo objetivo se prendeu com o testemunho e recolha de sugestões de melhoria, contando com a presença dos profissionais que dinamizaram o projeto (Educadoras, Professoras (es) e psicólogas), técnicas do Município e o Coordenador do projeto.

Num segundo momento, foi disponibilizado um questionário aos profissionais que o implementaram, de modo a aferir a eficácia e o grau de satisfação do mesmo. Abaixo podem ser consultados os resultados obtidos no questionário.

## Divisão de Intervenção Socioeducativa - Saúde

Em que medida as temáticas abordadas foram importantes para o aumento do autoconhecimento e da empatia dos seus alunos?

9 respostas



Em que medida as temáticas abordadas em cada sessão foram importantes para a autorregulação e gestão emocional dos seus alunos?

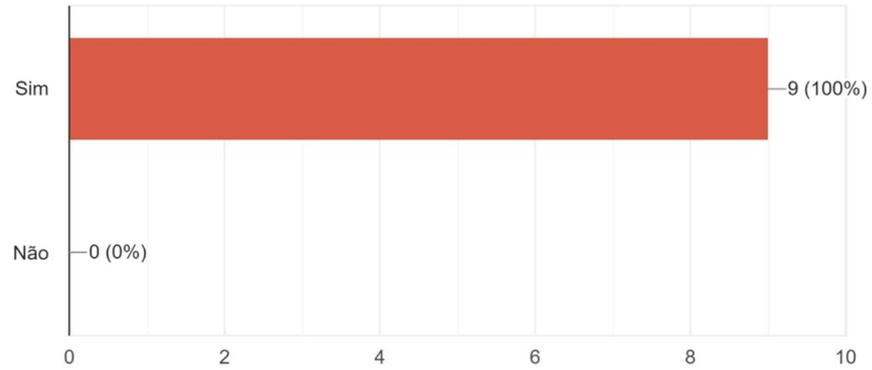
9 respostas



## Divisão de Intervenção Socioeducativa - Saúde

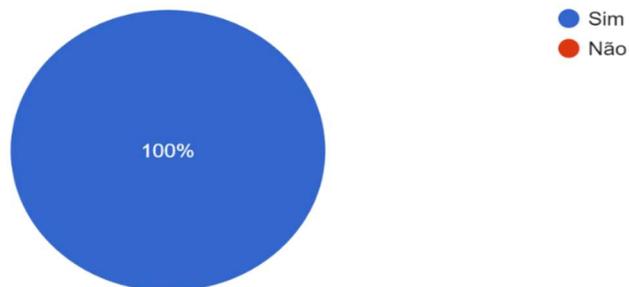
As temáticas abordadas em cada sessão facilitaram a reflexão e a expressão de sentimentos por parte dos alunos?

9 respostas



O projeto Ginja teve um impacto positivo no comportamento das crianças?

9 respostas



## Divisão de Intervenção Socioeducativa - Saúde

Gostou de aplicar este projeto? Porquê?

9 respostas



No que diz respeito à eficácia, podemos verificar que os dinamizadores avaliaram o impacto do projeto ao nível do autoconhecimento, empatia, autorregulação e gestão emocional de forma positiva, apresentando resultados acima de 50% nestas competências, particularmente no que se refere aos níveis de autoconhecimento e empatia com impacto demonstrado em 77,8%.

É possível constatar também que o projeto permitiu aos alunos potenciar a capacidade de refletir e exprimir os seus sentimentos, que se traduziram numa melhoria muito significativa do comportamento.

Quanto ao grau de satisfação foi evidente que 100% dos dinamizadores manifestaram agrado na aplicação do projeto Ginja.

### **Conclusão**

Das reuniões realizadas resultaram diversas sugestões, tais como: as situações retratadas nos vídeos contemplarem outras temáticas para além do medo; importância de dar continuidade com novas sessões aos alunos que são abrangidos pelo projeto e, ainda, a necessidade de algumas sessões serem dinamizadas por técnicos especializados. Paralelamente, os dinamizadores apontaram como principais dificuldades a questão do tempo de cada sessão e a acumulação com outras tarefas/projetos escolares.

## Divisão de Intervenção Socioeducativa - Saúde

Neste sentido, e de forma a ultrapassar os obstáculos que vão surgindo, parece-nos essencial a continuação da realização de reuniões ao longo do ano letivo, assim como a importância da estreita relação quer com as técnicas do município, quer com o coordenador do projeto.

Atendendo à análise efetuada no presente relatório, podemos concluir que os resultados da implementação do Projeto Ginja revelam a importância de dar continuidade ao trabalho desenvolvido no ano letivo 2022/2023, bem como, abranger mais turmas e outras faixas etárias.

Os resultados obtidos refletem a importância da promoção das competências socioemocionais na construção de cidadãos autónomos, conscientes, mais resilientes, dotados de responsabilidade cívica e empatia, competências estas indispensáveis no bem-estar psicológico e consequente saúde mental. Salienta-se ainda a importância do carácter preventivo do projeto que nos permite agir ao nível da promoção de comportamentos e atitudes positivas, diminuindo comportamentos de oposição e sintomatologia associada a doenças mentais, através da estabilização e fortalecimento emocional que surge da capacidade de exprimir e gerir as emoções do próprio e dos outros. Para além dos benefícios, não só ao nível escolar e familiar, como a um nível macro -social e económico- que reforçam a importância da prevenção na gestão de recursos a longo prazo.

## ANEXOS

### Testemunhos

“Os alunos referiram as suas vivências, foram momentos de partilha muito enriquecedoras para o seu desenvolvimento. Alguns alunos mais tímidos tiveram as sessões como forma de mostrarem o que sentem e o que vivenciam em determinados momentos da sua vida”. (Psicóloga)

“o Projeto Ginja teve um impacto bastante positivo na turma, pois permitiu ser o "motor de arranque" para os alunos expressarem os seus receios, medos e angústias. Foi também um momento de diversão”. (Professora)

“Ajudou-os a conhecer e identificar as suas emoções. Foi um bom ponto de partida para a autorregulação das suas emoções”. (Educadora)

“As crianças foram ganhando mais consciência dos seus sentimentos e de como se expressarem”. (Professora)

“Ao longo do dia, as crianças integravam, nos seus discursos, os conteúdos e ensinamentos que faziam sentido para si, em cada situação. É certo que, muito mais dirigidos aos outros do que a si. Os dirigidos a si, devem ter ficado ao nível dos pensamentos. Contudo, acredito que o projeto Ginja, não tem tantos efeitos imediatos e visíveis, mas permanecerá no património íntimo de cada uma das crianças que participou no projeto. Cumprirá o objetivo de formar crianças com comportamento adequado, com sentido crítico, felizes, reflexivas, e empáticas com os outros”. (Educadora)

Divisão de Intervenção Socioeducativa - Saúde

Evidências fotográficas



## Divisão de Intervenção Socioeducativa - Saúde

### **Referências Bibliográficas**

Mondi, C.F., Giovanelli, A. & Reynolds, A.J. (2021). Fostering socio-emotional learning through early childhood intervention. *International Journal of Child Care and Education Policy*, 15(6). Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s40723-021-00084-8>