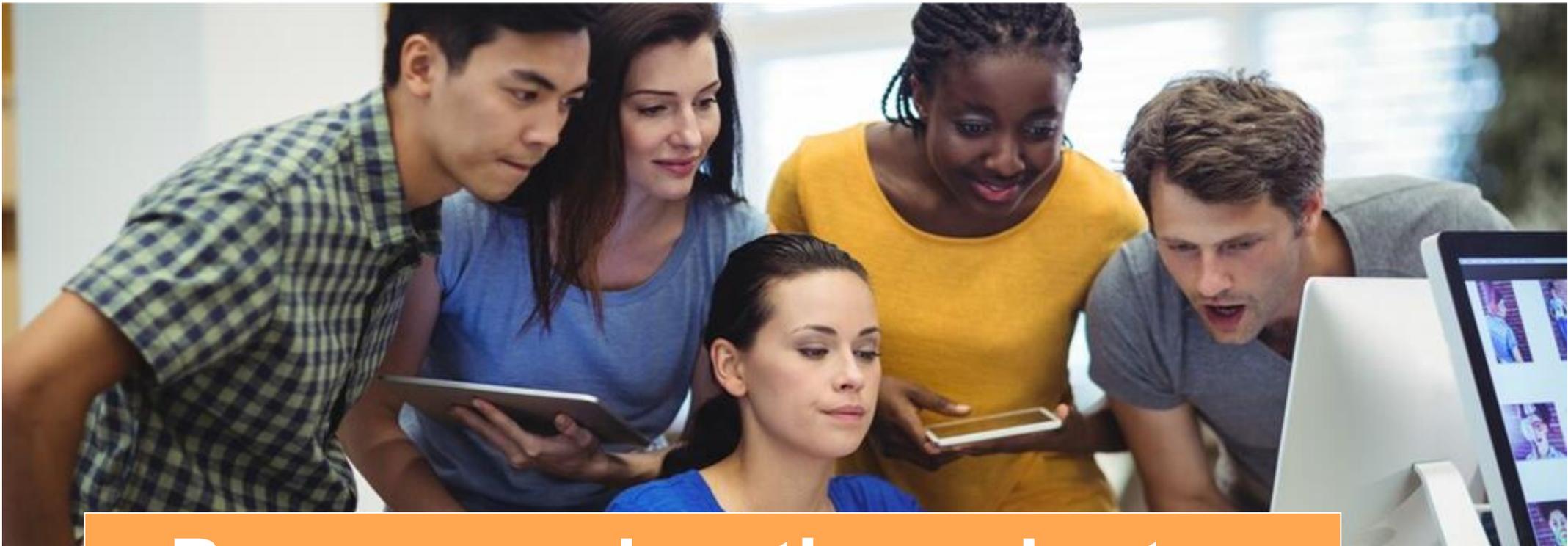


Bem-vindo aos



TRANSFORMING SCHOOLS INTO
INCLUSIVEHUBS



Recursos educativos abertos

www.inclusivehubs.eu



TRANSFORMING SCHOOLS INTO
INCLUSIVEHUBS

MÓDULO 3

CURRÍCULO INCLUSIVE HUBS

www.inclusivehubs.eu



Cofinanciado pela
União Europeia

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelos mesmos. Número do projeto: 2022-1-FI01-KA220-SCH-000086160





DESCRIÇÃO GERAL DO MÓDULO

No módulo 3, irá descobrir o que significam os conceitos de saúde, bem-estar e resiliência no que diz respeito a alunos com diferentes origens culturais e linguísticas. Definiremos conceitos básicos, fatores que influenciam a resiliência e o bem-estar e estratégias para criar salas de aula inclusivas.

Aprenderá estratégias para promover a resiliência dos alunos nas escolas.

- 1 Introdução ao módulo
- 2 Secção teórica
- 3 Materiais adicionais
- 4 Exercícios e atividades
- 5 Reflexão final
- 6 Referências

RESULTADOS DA APRENDIZAGEM



No final deste módulo, os alunos devem ser capazes de

- Definir o conceito de resiliência e de bem-estar psicológico.
- Analisar os componentes e a dinâmica da força emocional e da resiliência da saúde mental na escola para os alunos.
- Implementar estratégias que aumentem a resiliência dos alunos imigrantes na escola.
- Desenvolver planos personalizados para a escola e para os alunos para melhorar o bem-estar e a resiliência, tendo em conta os pontos fortes e fracos de cada um.

Este módulo é adequado para o pessoal escolar que procura aprofundar a sua compreensão da resiliência pessoal em todos os contextos da escola.

DURAÇÃO PREVISTA (3 HORAS NO TOTAL)

- Introdução ao módulo (15 minutos)
- Secção teórica (60 minutos)
 - Conceito e definições (15 minutos)
 - Saúde e bem-estar nas escolas (15 minutos)
 - Exemplos da vida real (15 minutos)
- Atividades (2 horas)
 - Refletir (15 minutos)
 - Observar e aprender (15 minutos)
 - Ler e aprender (15 minutos)
 - Ouvir e aprender (15 minutos)
 - Exercícios de estudo de casos (30 minutos)
 - Soluções de estudo de caso
- Reflexão final / Resumo
- Crédito de imagens/vídeos
- Referências / Bibliografia

O tempo estimado para completar este módulo é de 3 horas.

Se o módulo for ministrado por um educador, o tempo estimado por unidade é de 45 minutos.

INTRODUÇÃO



- Este Módulo centra-se no tema da saúde, bem-estar e resiliência dos alunos de origem imigrante. Está dividido em duas secções: a) Teoria e b) atividades.
- A secção teórica apresenta uma introdução ao apoio a estudantes imigrantes em contextos educativos e uma visão geral dos conceitos de bem-estar e resiliência. Além disso, apresenta um resumo das estatísticas atuais sobre migração. De seguida, identifica as potenciais desvantagens enfrentadas pelos estudantes migrantes. Este módulo também dá ênfase à promoção da saúde e do bem-estar dos alunos. Assim, apresenta estratégias para apoiar os alunos com antecedentes migratórios e como promover a resiliência entre os alunos imigrantes. No final, apresenta histórias reais de sucesso de indivíduos migrantes e inclui um podcast com as perspetivas dos alunos sobre cultura e integração.



SECÇÃO TEÓRICA

Comecemos por uma reflexão



1. Reflita sobre estas questões.
2. Anote os seus pensamentos
3. Compare as suas respostas com as definições apresentadas no diapositivo seguinte.

O que é a saúde?

O que é o bem-estar?

O que é a resiliência?

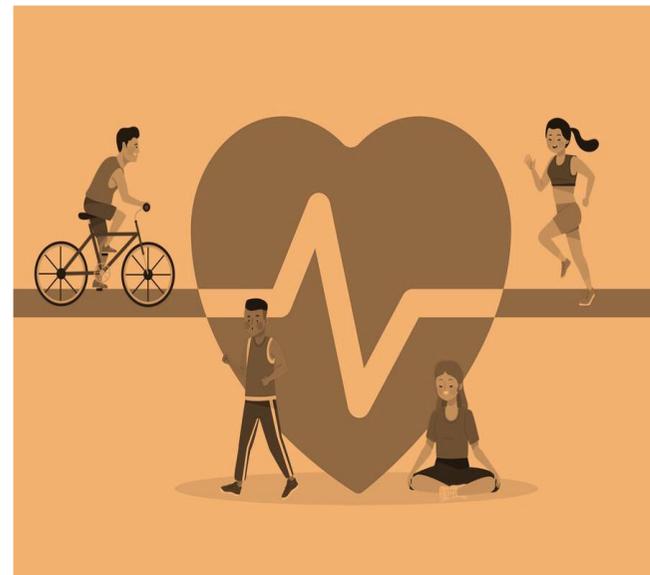
Porque é que são importantes
para os alunos?

UMA DEFINIÇÃO DE SAÚDE

A saúde é um completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença ou enfermidade.



WHO, 2024



DEFINIÇÕES DE BEM-ESTAR



Um conceito multidimensional que engloba as dimensões física, psicológica e social da saúde e da satisfação com a vida. (Diener, 1984)

Um estado de felicidade e contentamento, com baixos níveis de angústia, boa saúde física e mental e perspectivas gerais, ou boa qualidade de vida. (Dicionário de Psicologia da APA, s.d.)

UMA DEFINIÇÃO DE RESILIÊNCIA

A resiliência é o processo e o resultado de uma adaptação bem sucedida a experiências de vida difíceis, especialmente através da flexibilidade mental, emocional e comportamental e do ajustamento a exigências externas e internas.

São vários os fatores que contribuem para a boa adaptação às adversidades, incluindo a forma como os indivíduos vêm e se envolvem com o mundo, a disponibilidade e a qualidade dos recursos sociais e as estratégias específicas de sobrevivência.

A investigação psicológica demonstra que os recursos e as competências associados à resiliência podem ser cultivados e praticados.

[APA Dictionary of Psychology n.d.](#)



BEM-ESTAR SOCIO-EMOCIONAL

O estado da saúde psicológica geral de um indivíduo e a sua capacidade de navegar e gerir eficazmente as interações e relações sociais. Engloba vários aspectos de inteligência emocional, competências sociais, resiliência, auto-consciência e relações interpessoais.





SAÚDE E BEM-ESTAR DOS ALUNOS COM DEFICIÊNCIA DE ORIGEM IMIGRANTE

MIGRAÇÃO EM 2024



- A migração de tipo permanente para os países da OCDE aumentou 26 % em 2022, em comparação com 2021 (mais de 6 milhões). Os dados preliminares para 2023 sugerem um novo aumento.
- A migração familiar continuou a ser a principal categoria de entrada de novos migrantes de tipo permanente, representando 40% de toda a migração de tipo permanente
- 1 em cada 4 jovens de 15 anos era nascido no estrangeiro ou tinha um progenitor nascido no estrangeiro (2015).
- 12% da população da UE é nascida no estrangeiro, 1 em cada 8 são crianças
- (OCDE, 2018)



SESSÃO DE BRAINSTORMING



Vamos refletir ...

1. Reflita sobre estas questões.
1. Anote os seus pensamentos
1. Debata em grupo.

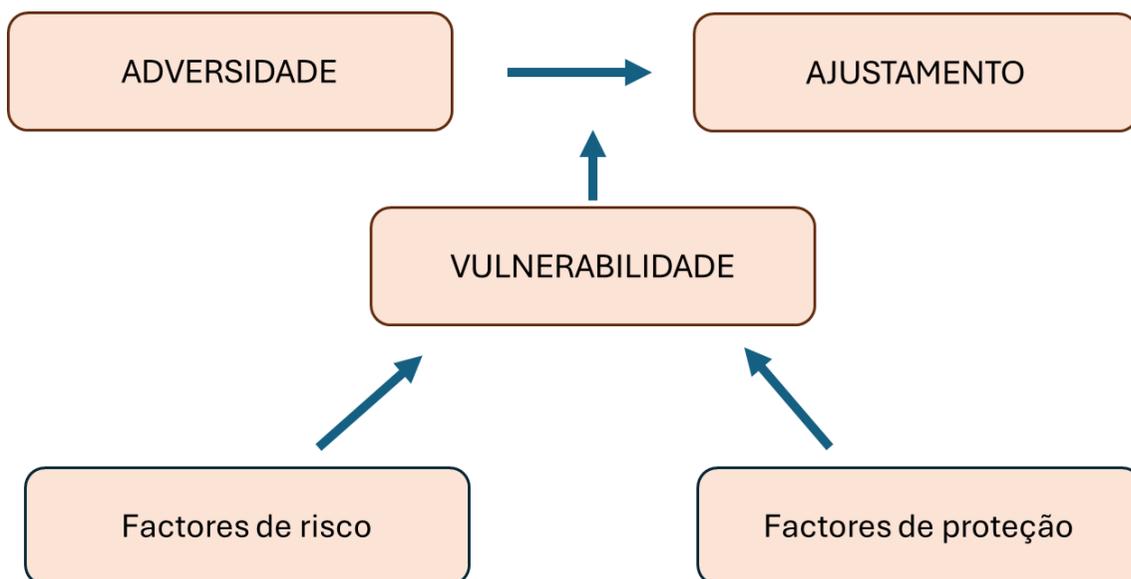
Quais são os desafios e as necessidades emocionais dos estudantes migrantes/refugiados?
Consegue pensar em formas de os abordar na escola?



POTENCIAIS DESVANTAGENS DOS ESTUDANTES IMIGRANTES

- Falta de fluência na língua falada nos países de acolhimento.
- Falta de apoio dos pais.
- Estudar numa escola desfavorecida.
- Frequentar uma escola com um mau clima disciplinar.
- Diminuição do sentimento de pertença à escola.
- Mais desfavorecidos do ponto de vista socioeconómico.
- Menos propensos a ter expectativas ambiciosas, mas realistas, relativamente à educação futura e a uma carreira de elevado estatuto.
- Menor probabilidade de atingir a proficiência académica de base e um sentimento de pertença à escola.

ELEMENTOS DE RESILIÊNCIA



A adversidade refere-se a situações e ocorrências externas que chocam o indivíduo. O termo ajustamento descreve a forma como alguém que enfrentou a adversidade se adaptou positivamente a ela. A vulnerabilidade é a possibilidade de as dificuldades resultarem num ajustamento positivo ou em resultados negativos. O nível de vulnerabilidade de uma pessoa é determinado por uma série de características ambientais e individuais, incluindo fatores de risco e de proteção.

ELEMENTOS DE RESILIÊNCIA



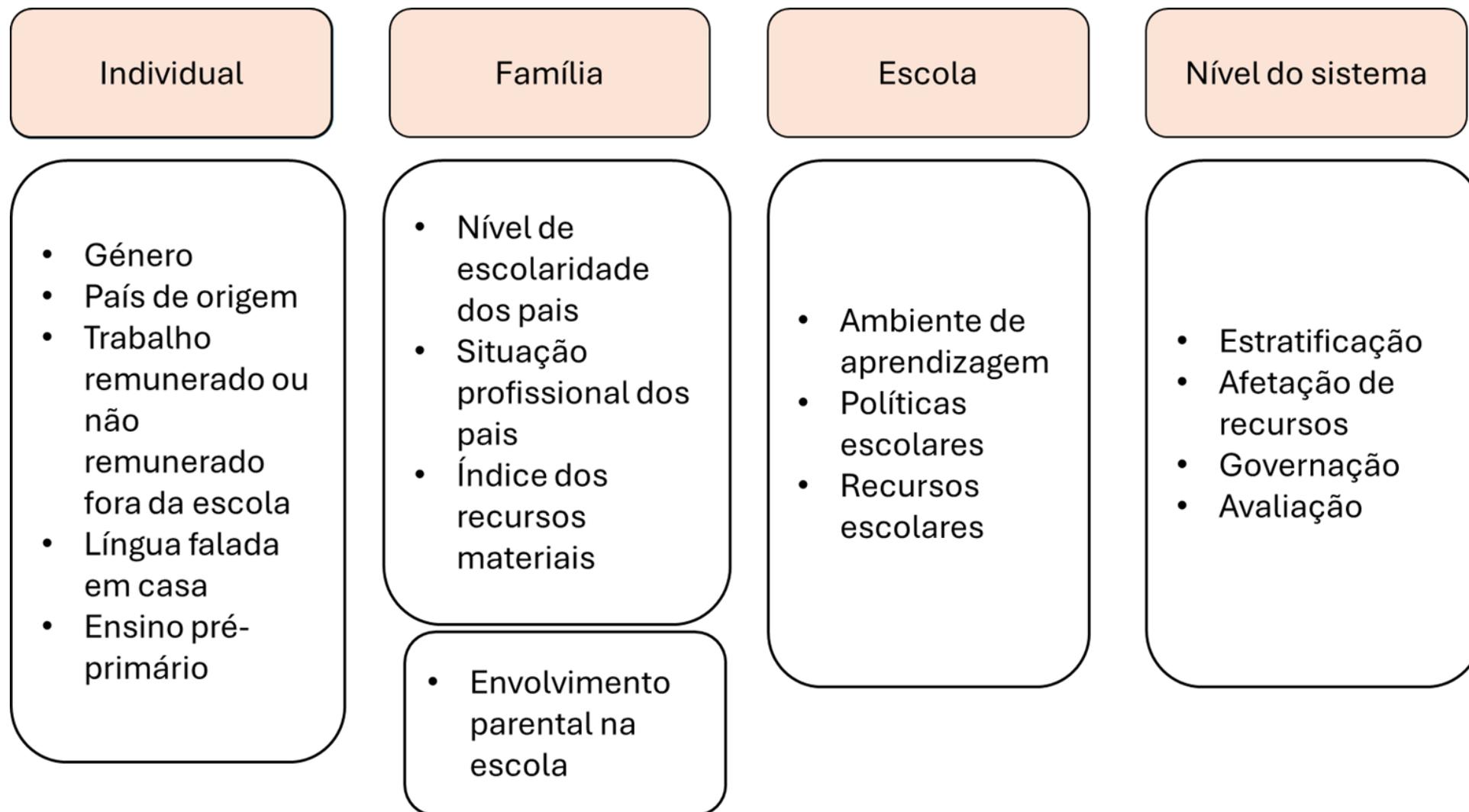
Adversidade: a situação exterior que afeta negativamente o aluno.

Ajustamento: refere-se à adaptação positiva das crianças (académica, social, emocional e motivacional). É a capacidade de ser resiliente e funcional com uma sensação subjectiva de bem-estar.

Vulnerabilidade: a probabilidade dos alunos oriundos da imigração adquirirem competências académicas essenciais (em comparação com os alunos que não sofreram adversidades na sua família ou que não são oriundos da imigração).

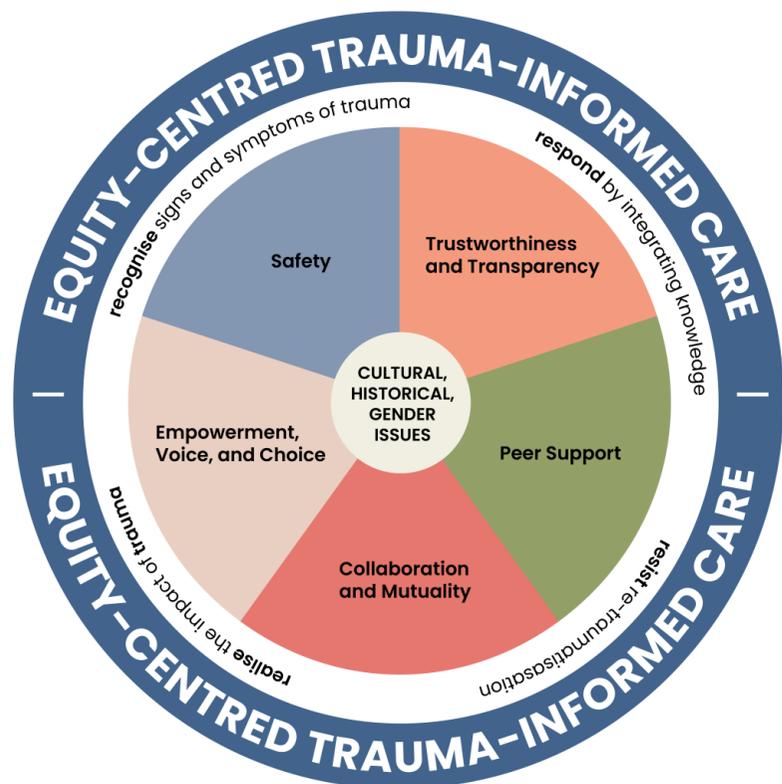
fatores de risco e de proteção: as características do indivíduo, do agregado familiar, da escola e dos sistemas que influenciam a vulnerabilidade ou atuam como escudo contra a adversidade.

VULNERABILIDADE E FATORES DE RISCO



FATORES QUE INFLUENCIAM A SAÚDE, O BEM-ESTAR E A RESILIÊNCIA:

BULLYING E TRAUMA



Os alunos com experiência de trauma vivido podem ver as atividades acadêmicas como ameaçadoras. A pedagogia informada sobre o trauma pode ajudar a mitigar estas ameaças percebidas, utilizando estratégias baseadas em seis princípios fundamentais:

- Segurança: criar um ambiente seguro
- Estabelecer a fiabilidade e a transparência
- Promover o apoio dos pares
- Colaboração e mutualidade
- Capacitação, voz e escolha
- Questões culturais, históricas e de gênero

FATORES QUE INFLUENCIAM A SAÚDE, O BEM-ESTAR E A RESILIÊNCIA: BULLYING E TRAUMA



Documentos bem definidos ou procedimentos amplamente aceitos que apoiam a saúde e o bem-estar dos alunos são conhecidos como políticas escolares saudáveis. Estas políticas podem, por exemplo, especificar quais os alimentos que são servidos na escola ou fornecer orientações sobre como parar ou lidar com o bullying nas escolas. Estas políticas devem apoiar o desenvolvimento da saúde e dos cuidados para os alunos, oferecendo serviços direcionados a populações específicas, como os alunos oriundos da imigração.



COMO PROMOVER A SAÚDE E O BEM-ESTAR DOS ALUNOS ORIUNDOS DA IMIGRAÇÃO

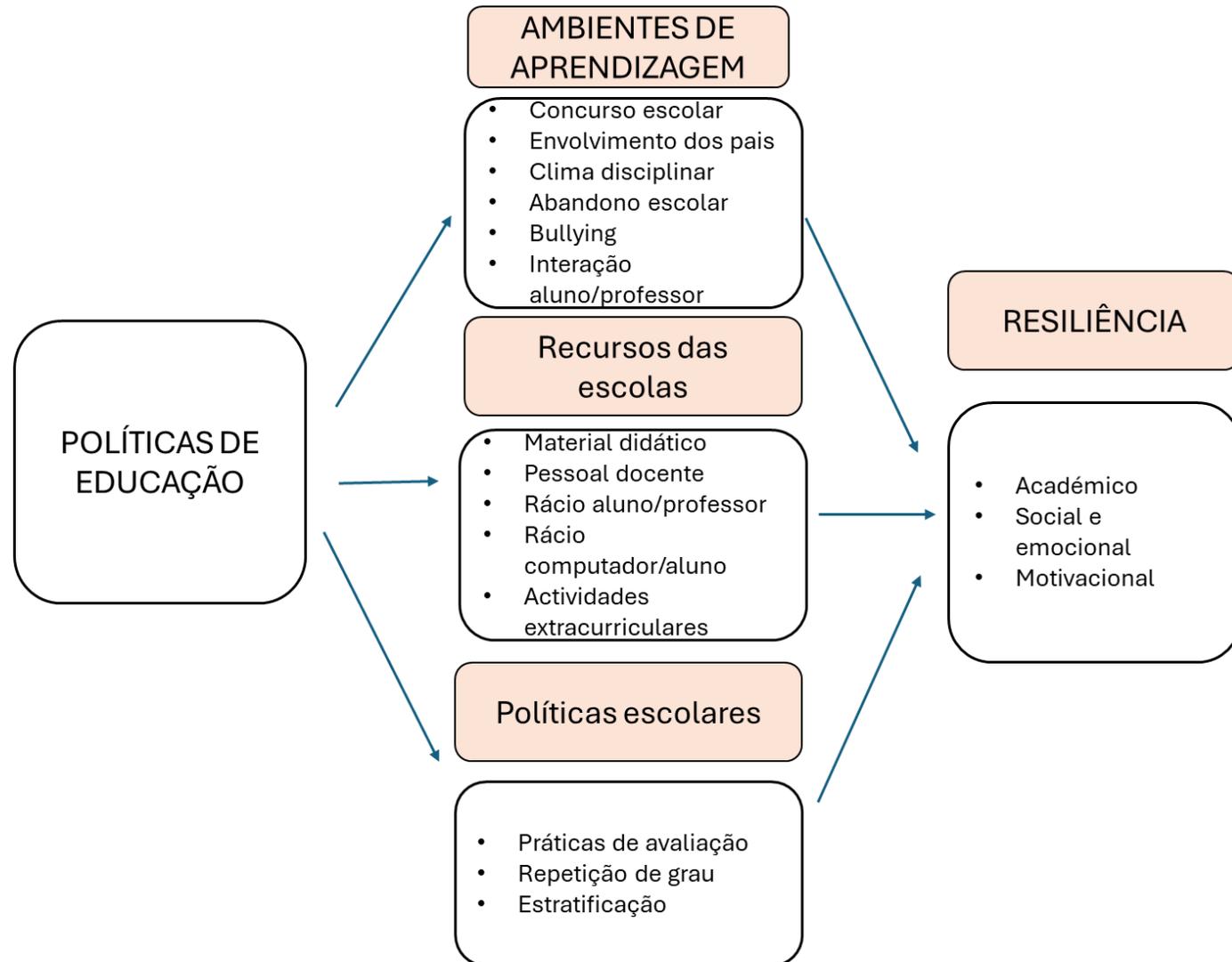
- Ajudar os alunos a atingir a proficiência acadêmica de base
- Reforçar o sentimento de pertença à sua escola
- Reforçar os fatores de proteção para eles na escola
- Ajuda a reduzir o stress relacionado com as marcas
- Encorajar e reforçar os alunos para aumentar a motivação para a realização
- Reforçar o sentimento de confiança geral através de uma boa relação aluno-professor
- Reforçar o sentimento de confiança institucional
- Incentivar a sua participação nas redes sociais
- Incentivar a sua participação em atividades sociais

Visite os módulos sobre mediação intercultural, educação inclusiva e ensino culturalmente responsável para explorar mais recursos sobre como promover a saúde e o bem-estar dos alunos.

COMO É QUE AS ESCOLAS PODEM PROMOVER A RESILIÊNCIA DOS ALUNOS ORIUNDOS DA IMIGRAÇÃO?



Para que os alunos desenvolvam resiliência acadêmica, social, emocional e motivacional, as escolas e as partes interessadas devem criar e melhorar as políticas educativas relativas ao seu ambiente de aprendizagem, aos recursos e às políticas escolares.





EXEMPLOS DA VIDA REAL

EXEMPLO 1 DA VIDA REAL



Ligação ao módulo

A viagem de Robert Ponsian Mwombeki:

Encarna a resiliência e o bem-estar no meio da adversidade

Demonstra perseverança e adaptabilidade na prossecução dos estudos

Superar os desafios:

Superou circunstâncias difíceis

Mantém um forte sentido de objetivo e determinação

Alcançar o sucesso académico:

Apesar dos obstáculos, atingiu marcos académicos

Destacou o poder transformador da resiliência

Aspirar a contribuir:

Pretende ter um impacto positivo na sua comunidade

Ilustra a ligação intrínseca entre resiliência, crescimento e bem-estar

O poder transformador da resiliência:

A chave para ultrapassar os obstáculos

Promove o desenvolvimento individual e o crescimento pessoal

O papel da educação:

Crucial no desenvolvimento da resiliência

Promove o bem-estar a nível pessoal e social

EXEMPLO 1 DA VIDA REAL

A principal lição a retirar do caso de Robert Ponsian Mwombeki é o impacto transformador da **resiliência**, da **determinação** e do **acesso à educação** na superação das adversidades e na obtenção de sucesso e prosperidade pessoais, ao mesmo tempo que salienta a importância de retribuir à comunidade para promover mudanças sociais positivas.

Encontrar a ligação para a leitura [aqui](#)



EXEMPLO 1 DA VIDA REAL



Como foi feito

- Robert Ponsian Mwombeki demonstrou resiliência ao ultrapassar a pobreza e a falta de acesso à educação através de **trabalho árduo e determinação**.
- O Padre Anastasios desempenhou um papel fundamental ao **oferecer apoio, orientação e assistência financeira**, permitindo a Robert prosseguir os seus estudos apesar das restrições financeiras.
- O grupo missionário liderado pelo Padre Anastasios **facilitou oportunidades** de emprego e de educação através da construção de uma clínica e de donativos para as propinas.
- O **empenho** de Robert na sua educação levou-o a procurar oportunidades, como a inscrição em escolas privadas e a realização de estudos superiores no estrangeiro com bolsas de estudo.
- A Universidade de Frederick, no Chipre, proporcionou um **ambiente propício à aprendizagem e ao crescimento pessoal**, permitindo que Robert se destacasse academicamente.
- A aspiração do Robert de retribuir à sua comunidade reflecte um sentido de **responsabilidade social** e um desejo de contribuir para uma mudança social positiva através da educação e da capacitação.

EXEMPLO REAL 2



Ligação ao módulo

A viagem de Patrick Gborie:

- Refugiado da Libéria que pede asilo no Chipre
- Concessão do estatuto de proteção internacional

Apoio da Rede de Solidariedade:

- Prestação de serviços essenciais: aconselhamento jurídico, apoio psicossocial, aulas de línguas
- Crucial para ajudar Patrick a superar os desafios iniciais

Equilíbrio entre trabalho e educação:

- Conseguiu um emprego para financiar os estudos de MBA
- Demonstração de perseverança e determinação

Graduação e sucesso:

- Mestrado completo em gestão de empresas
- Alcançado apesar dos obstáculos e incertezas

Atributos de Resiliência:

- Superar os desafios e as incertezas
- Manter-se otimista em relação ao futuro

Esperança para o futuro:

- Aspira a progredir no mundo do trabalho
- Potencial objetivo de se tornar um gerente de loja

Testemunho sobre a capacidade de resistência dos refugiados:

- Ilustra o espírito indomável dos refugiados que procuram um novo começo
- Destaca o poder transformador da educação e do apoio comunitário

Importância da educação e do apoio da comunidade:

- Promover a resiliência e a integração
- Proporcionar oportunidades para um futuro melhor

EXEMPLO REAL 2



- A principal aprendizagem com o caso de Patric Gborie é a **influência da ligação social** no reforço da resiliência, da determinação e do **acesso à educação** para ultrapassar as adversidades e alcançar o sucesso e o bem-estar pessoal
- Encontrar a ligação para a leitura [aqui](#)

EXEMPLO DA VIDA REAL



Como foi feito

- Patrick Gborie, um refugiado da Libéria, enfrentou desafios significativos ao chegar ao Chipre, incluindo **restrições financeiras** e a **necessidade de conciliar o trabalho com os estudos**.
- Apesar destes obstáculos, Patrick demonstrou **determinação** e **capacidade de adaptação** ao longo do seu percurso.
- Teve acesso a serviços **de apoio** vitais prestados pela Rede de Solidariedade e pela comunidade de Nicósia, incluindo aconselhamento jurídico, apoio psicossocial e aulas de línguas.
- Este apoio não só facilitou a integração de Patrick na sociedade, como também contribuiu para a sua sensação geral de bem-estar.
- Graças à **resiliência** e ao **apoio da comunidade**, Patrick prosseguiu com êxito os estudos superiores, obtendo um mestrado em administração de empresas.



SECÇÃO DE ATIVIDADES



Como ajudar as crianças imigrantes a integrarem-se e a prosperarem

O vídeo explora formas de ajudar as crianças oriundas da imigração a integrarem-se e a prosperarem nas escolas.



A integração deveria ter boas relações e currículos, abordando as dificuldades de separação da família e as necessidades de realocização, aquisição de línguas, etc.



Estudantes migrantes: o que precisamos de saber para os ajudar a ter sucesso

O texto apresenta os desafios que os estudantes migrantes podem encontrar e as formas de os ultrapassar. Pode concentrar-se nas lições 3 e 4.

Pode encontrar a ligação [aqui](#).



Entre Dois Mundos | Justin Shepherd

O audiolivro apresenta os pensamentos de duas raparigas migrantes que explicam as suas perspetivas sobre a migração e os desafios que enfrentam para manter as suas tradições e perspetivas culturais enquanto tentam integrar-se na sociedade local.

Encontrar a ligação [aqui](#).



Siga estes passos para desenvolver o seu plano de ação:

1. Reveja o material do módulo
2. Reflita sobre a experiência pessoal
3. Considere o seu ambiente escolar
4. Identifique áreas de melhoria
5. Defina objetivos
6. Desenvolva estratégias
7. Dê prioridade às ações
8. Crie um plano de ação
9. Envolver as partes interessadas
10. Monitorize os progressos e adapte-se (por exemplo, perguntar aos alunos, fornecer um questionário)
11. Avalie a eficácia (quais são as suas referências de sucesso?)
12. Celebre os êxitos e aprenda com os desafios



1. Reflita sobre estes passos.
2. Debata em grupo.

EXERCÍCIO 1 - ATIVIDADE DE GRUPO



Análise do estudo de caso:

- **Ler e analisar** a história da vida real de Robert Ponsial Mwombeki.
- **Identificar** os principais desafios com que se deparou ao longo do seu percurso, incluindo a pobreza, a falta de acesso à educação, etc.
- **Examinar** as estratégias que Robert utilizou para ultrapassar estes desafios, como a perseverança, a procura de oportunidades, etc.
- **Identificar** como é que o seu país geriria uma situação semelhante no seu próprio contexto.
- **Debater** em grupo.

EXERCÍCIO DE ESTUDO DE CASO NÚMERO 1

- SOLUÇÃO (1/3)



Principais desafios:

Pobreza: Dificuldades financeiras, viver numa aldeia pobre na Tanzânia

Falta de acesso à educação: Na Tanzânia, a educação exigia o pagamento de propinas, que Robert não podia pagar, o que levou à sua expulsão da escola até encontrar oportunidades de emprego para pagar a sua educação.

Recursos limitados: Falta de recursos básicos, como eletricidade para estudar, acesso à educação e pessoal docente competente em disciplinas como as ciências.

EXERCÍCIO DE ESTUDO DE CASO NÚMERO 1

- SOLUÇÃO (2/3)



Estratégias utilizadas:

- **Perseverança:** O Robert manteve-se determinado a prosseguir os seus estudos, demonstrando resiliência face às adversidades.
- **Procura de oportunidades:** Robert procurou ativamente oportunidades de emprego e de educação, como trabalhar nas obras de construção de uma clínica para ganhar dinheiro para as propinas.

EXERCÍCIO DE ESTUDO DE CASO NÚMERO 1

- SOLUÇÃO (3/3)



Estratégias utilizadas:

Aproveitar o apoio da comunidade: Robert contactou o Padre Anastasios, que lhe prestou assistência financeira e orientação, permitindo-lhe continuar a estudar.

Prosseguir o ensino superior no estrangeiro:

Reconhecendo as limitações do sistema educativo na Tanzânia, Robert procurou oportunidades de ensino superior no estrangeiro, obtendo bolsas de estudo para estudar na Universidade de Frederick, no Chipre.

EXERCÍCIO 2 - ATIVIDADE INDIVIDUAL



Breve ensaio de reflexão:

- Escreva um ensaio de reflexão sobre o significado da resiliência e do acesso à educação através do material fornecido anteriormente
- Debata em grupo

EXERCÍCIO 3 - ATIVIDADE DE GRUPO



Criar um mapa de serviços:

Considere o papel do apoio da sua comunidade, da orientação e dos recursos externos na facilitação de oportunidades educativas e de crescimento pessoal para os alunos migrantes.

Crie um mapa de serviços, pesquisando na Internet e documentando os serviços de apoio que conhece (inclua números de telefone, endereços e horários de funcionamento).

REFLEXÃO FINAL



Enumere as suas três principais conclusões deste módulo
Que outras sugestões ou comentários tem?

1. Reflita sobre estas questões.
2. Debata em grupo.

RESUMO



A saúde, o bem-estar e a resiliência englobam o bem-estar socio-emocional dos alunos. No entanto, os alunos imigrantes enfrentam várias desvantagens, tais como a falta de fluência nas línguas faladas nos países de acolhimento, a falta de apoio dos pais, um reduzido sentimento de pertença à escola, entre outras. Por conseguinte, as escolas precisam de promover a saúde e o bem-estar dos alunos de origem imigrante, ajudando-os a atingir a proficiência académica de base e reforçando o seu sentimento de pertença à escola.

A secção de atividades inclui uma série de atividades reflexivas e interativas para uma compreensão mais profunda do que foi aprendido na secção teórica e de como a criação de ambientes de aprendizagem inclusivos e de apoio contribui para o sucesso académico e o bem-estar geral dos alunos migrantes. No final deste módulo, os alunos devem ser capazes de fornecer estratégias tangíveis para promover a resiliência dos alunos no contexto escolar.



PARABÉNS!

Obrigado e parabéns por ter concluído o módulo 3!



A seguir:
Módulo 4 - Mediação
(inter)cultural

REFERÊNCIAS / BIBLIOGRAFIA



- Cerna, L., Brussino, O., & Mezzanotte, C. (2021). *A resiliência dos alunos com antecedentes de imigração: An Update with PISA 2018*. [http://search.oecd.org/officialdocuments/publicdisplaydocumentpdf/?cote=EDU/WKP\(2021\)18&docLanguage=En](http://search.oecd.org/officialdocuments/publicdisplaydocumentpdf/?cote=EDU/WKP(2021)18&docLanguage=En)
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. DOI: [10.1037/0033-2909.95.3.542](<https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>)
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Masten, A. S. (2001). Magia comum: Processos de resiliência no desenvolvimento. *American Psychologist*, 56(3), 227-238. DOI: [10.1037/0003-066X.56.3.227](<https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>)
- Meroni, C., & Velasco, V. (2023). Intervenções baseadas na escola para estudantes migrantes no âmbito da abordagem de promoção da saúde em toda a escola: An Umbrella Review. *Sustainability*, 15, 1894. <https://doi.org/10.3390/su15031894>
- Okorobie, D. (2023, 17 de abril). O que é o bem-estar psicológico? *BetterYou*. <https://www.betteryou.ai/what-is-psychological-well-being/>
- Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (2018). *The Resilience of Students with an Immigrant Background*. <https://doi.org/10.1787/20776829>
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. DOI: [10.1037/0003-066X.55.1.5](<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>)
- Organização Mundial de Saúde. (2024). Saúde mental: Reforçar a nossa resposta. Obtido em <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

CRÉDITO DE IMAGENS E VÍDEOS



Vídeo

Como ajudar as crianças imigrantes a integrarem-se e a prosperarem.

https://www.youtube.com/watch?v=xse_230RX6o

Áudio

Entre 2 mundos | Justine Shepherd <https://soundcloud.com/user-601379193/between-two-worlds>

Imagens

<https://pixabay.com/illustrations/business-search-engine-internet-2082639/>

[https://www.freepik.com/free-photo/side-view-colorful-target-with-pin-bull-s-](https://www.freepik.com/free-photo/side-view-colorful-target-with-pin-bull-s-eye_6950763.htm#query=aims&position=0&from_view=search&track=sph&uuid=9a2ae722-1ccd-4100-9448-5b52ada25ed9)

[eye_6950763.htm#query=aims&position=0&from_view=search&track=sph&uuid=9a2ae722-1ccd-4100-9448-5b52ada25ed9](https://www.freepik.com/free-photo/side-view-colorful-target-with-pin-bull-s-eye_6950763.htm#query=aims&position=0&from_view=search&track=sph&uuid=9a2ae722-1ccd-4100-9448-5b52ada25ed9)

