



BEM-ESTAR E FELICIDADE NAS ESCOLAS PORTUGUESAS

ESTUDO EXPLORATÓRIO

■ CONTEXTUALIZAÇÃO



Criar filhos felizes é o maior desejo da maioria dos pais (Diener & Lucas, 2004). As crianças devem sentir-se bem, aproveitar as suas vidas e florescer. Acredita-se que uma educação que atenda ao desenvolvimento emocional e social capacita as crianças com diferentes inteligências e pontos fortes que tornam a sua vida melhor e facilitam a superação de obstáculos.

A relação entre felicidade e aprendizagem escolar não é unilateral. Se por um lado se acredita que a educação aumenta a felicidade das crianças (Hartog & Oosterbeek, 1998), por outro lado também se considera que **uma criança feliz aprende melhor** (Erricker, 2009).

Assim, e idealmente, as crianças devem ser felizes enquanto aprendem e não apenas nos momentos de lazer, aos fins de semana ou depois de sair dos bancos da escola. Não obstante, **a maior parte do esforço despendido na escolarização tende a ser direcionado para melhorar as conquistas puramente acadêmicas**, não para promover o desenvolvimento emocional ou social dos alunos (Mok, 2006).

Idealmente, a missão da escola é levar cada aluno ao seu máximo potencial acadêmico e pessoal (Sylva, 1994). Na escola, as crianças não aprendem apenas conteúdos diferenciados, mas também se desenvolvem como pessoas, estabelecendo conexões sociais significativas e aprimorando as suas habilidades sociais e emocionais (Galindo & Sheldon, 2012). **Assim, a escola é um dos contextos mais influentes no desenvolvimento de crianças e adolescentes, juntamente com a família** (Bronfenbrenner & Morris, 1998).

A escola é um local privilegiado para o desenvolvimento de ferramentas que ajudam os jovens no desenvolvimento de estratégias de convívio em diversas situações. Um ambiente escolar positivo, com relacionamentos interpessoais próximos e sentimentos de pertença à comunidade escolar, surgem positivamente associados a sentimentos de bem-estar entre os adolescentes (Lampropoulou, 2018).

■ OBJETIVOS



NO IMEDIATO

- Caracterizar a percepção de felicidade na escola dos alunos e professores portugueses, atendendo às seguintes dimensões: bem-estar geral, bem-estar na escola e esperança.
- Aferir a influência dos contextos e/ou ecossistemas (escola, colegas e família) na percepção da felicidade de alunos e professores.
- Aferir a importância que a percepção de um desenvolvimento sustentável do planeta tem na percepção de felicidade.

A LONGO PRAZO

- Criar um observatório, como projeto de longo prazo, para a recolha periódica destes dados, que nos permita comparar dados aquando do início de um ciclo de estudos e no fim do mesmo.
- Construir um índice de felicidade e bem-estar das escolas portuguesas.

■ INVESTIGADORAS E INSTITUIÇÕES



- **Conceição Silva** (Universidade Católica Portuguesa, Católica Porto Business School e CEGE – Centro de estudos em Gestão e Economia da CPBS)
- **Helena Águeda Marujo** (Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, Centro de Administração e Políticas Públicas, Cátedra UNESCO, Universidade de Lisboa)
- **Luísa Mota Ribeiro** (Universidade Católica Portuguesa, Faculdade de Educação e Psicologia, Centro de Investigação para o Desenvolvimento Humano)
- **Margarida Gaspar de Matos** (Universidade de Lisboa, Instituto de Saúde Ambiental/ Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa e Universidade Católica Portuguesa)
- **Rosário Serrão** (Universidade Católica Portuguesa, Faculdade de Educação e Psicologia, Centro de Investigação para o Desenvolvimento Humano)
- **Maria Luísa Vital** (Editora LeYa, Escola Amiga da Criança)



Com o apoio de:



■ INSTRUMENTOS





The Pemberton Index (2011)

Estudo nacional sobre a Felicidade dos Portugueses. Coordenação científica de Helena Águeda Marujo e Luís Miguel Neto da Universidade de Lisboa. Lisboa: Instituto de Felicidade da Coca-cola.

Questionário Gallup Student Poll (2011) Lopez, S. J., & Calderon, V. J.

Gallup student poll: Measuring and promoting what is right with students. In S. I. Donaldson, M. Csikszentmihalyi, & J. Nakamura (Eds.), Applied positive psychology: Improving everyday life, health, schools, work, and society (pp. 117–133). Routledge/Taylor & Francis Group.

Health Behaviour in School aged Children/HBSC (Dimensões específicas)

Matos, MG et Aventura Social (2018), “A saúde dos adolescentes portugueses após a recessão!”, Ebook em www.aventurasocial.com.

Dentro e fora da caixa: ONG e Escolas juntas na Educação para a Cidadania

Martins, F., Cardoso, J., Fernandes, S., & Machado, S. (Orgs.) (2022). Dentro e fora da caixa: ONG e Escolas juntas na Educação para a Cidadania – caminhos e inspirações. Fundação Gonçalo da Silveira (disponível em <https://fgs.org.pt/pt/dentro-e-fora-da-caixa-2>).

Escalas construídas na análise

O conceito de felicidade como conjunto de:

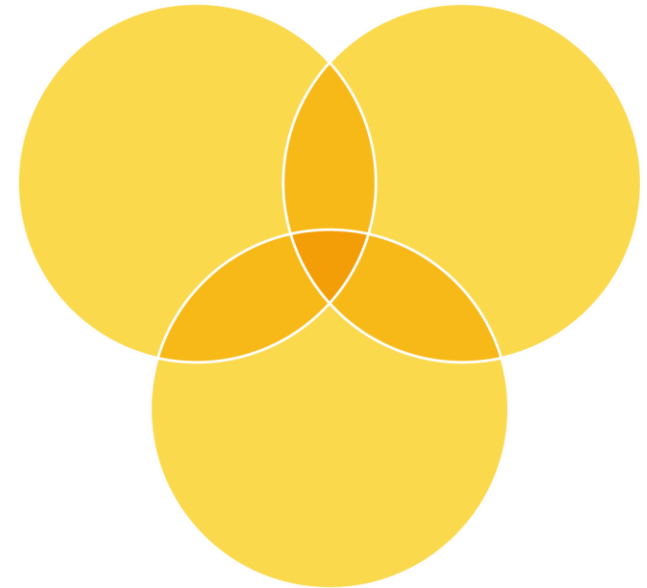
Bem-estar geral (e.g. Sinto a energia necessária para cumprir bem as minhas tarefas quotidianas. Acredito que a minha vida é útil e valiosa.)

Bem-estar na escola – Empenho e pertença (e.g. Os diversos profissionais da minha escola preocupam-se comigo. Tenho pelo menos um/a superior hierárquico que me deixa entusiasmado/a com o futuro. Se eu estiver com problemas há pessoas na escola com quem posso contar para me ajudarem.)

Esperança (e.g. Consigo pensar em muitas formas de obter bons resultados no meu trabalho. Tenho um grande futuro à minha frente.)

Temos ainda questões que se relacionam com uma Escala de satisfação com a vida – Cantril ladder:

Por favor, imagina uma escada com degraus numerados de 0 em baixo até 10 no cimo. O topo da escada representa a melhor vida possível para ti, e a base da escada representa a pior vida possível para ti. Em que degrau da escada diria que te sentes pessoalmente neste momento? Em que degrau da escada pensas que estarás daqui a cinco anos? (better life index – valores para Portugal abaixo da média da OCDE – 6.7)

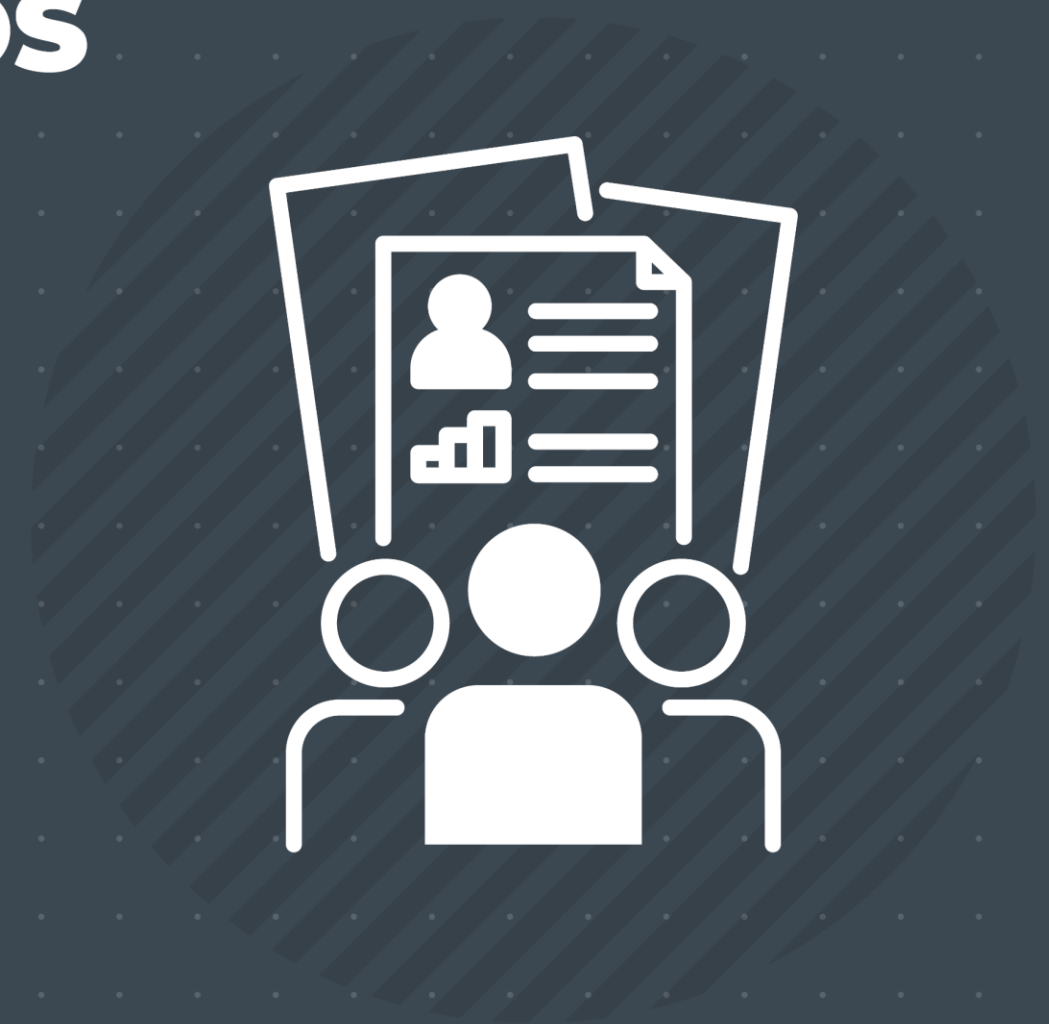


Escalas construídas na análise

A felicidade podendo ser condicionada por vários fatores:

- **sociodemográficos** (e.g. género, idade, tipo de escola, índice socioeconómico dos alunos - com base na resposta dos alunos a questões relacionadas com itens culturais ou de conforto que têm em casa (livros, TVs, carros, quarto para estudar, etc.)
- **desempenho** ('na disciplina X': 1 – geralmente tenho más notas, 2 – as vezes tenho boas outras vezes tenho más notas, 3 – geralmente tenho boas notas)
- **regulação emocional** (e.g. Quando estou zangado/a ou chateado/a, sou muito bom/boa a explicar o que me está a incomodar às outras pessoas. Quando discordo de outras pessoas, sou muito bom/boa a encontrar uma solução para o nosso problema)
- **climas**: família, colegas, professores/alunos (A minha família tenta realmente ajudar-me. Eu tenho o apoio emocional que preciso da minha família. Os meus colegas aceitam-me como sou. Sinto que os meus alunos (professores) me aceitam como sou
- **Sustentabilidade e Ambiente** (e.g. Preocupa-me o futuro do planeta. Eu reciclo os meus resíduos Procuro reduzir a produção de lixo no meu dia a dia. Dar um passeio pela natureza traz-me felicidade)

■ QUESTIONÁRIOS





ALUNOS/AS

ACEDER AO QUESTIONÁRIO



PROFESSORES/AS

ACEDER AO QUESTIONÁRIO

■ RESULTADOS



■ SOCIODEMOGRAFIA





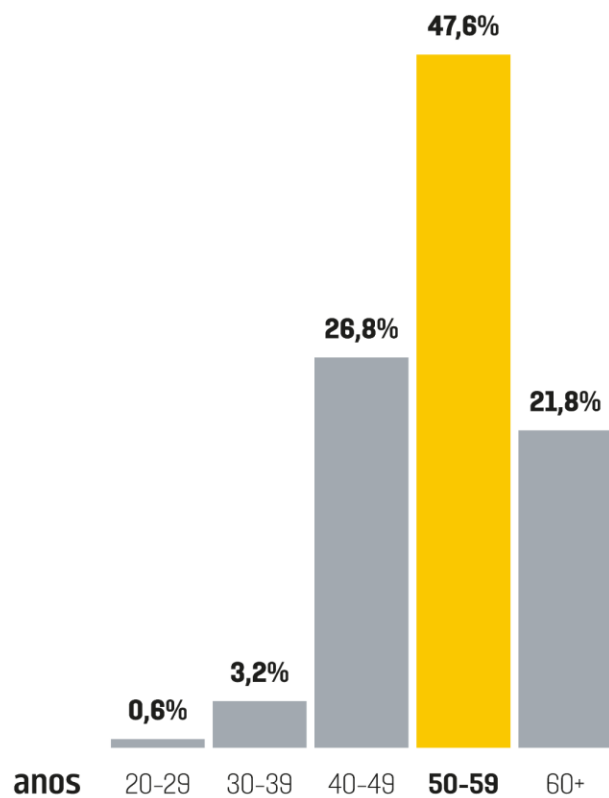
PROFESSORES/AS



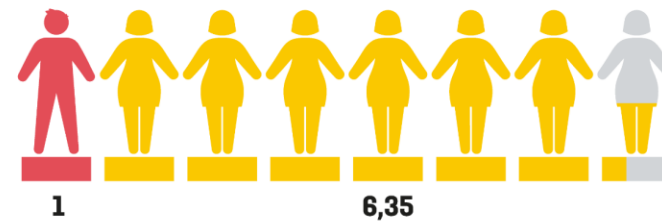
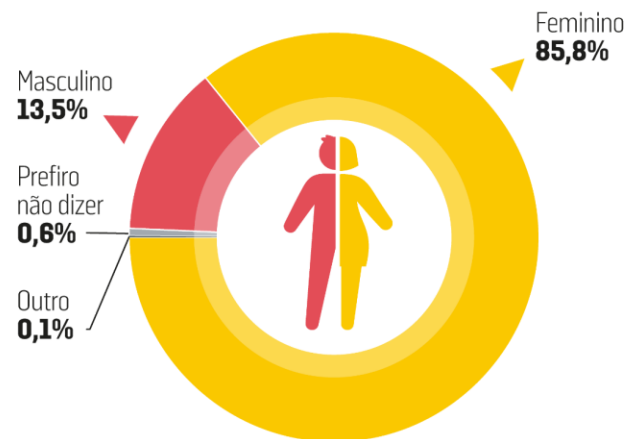
PROFESSORES/AS RESPONDENTES

5038

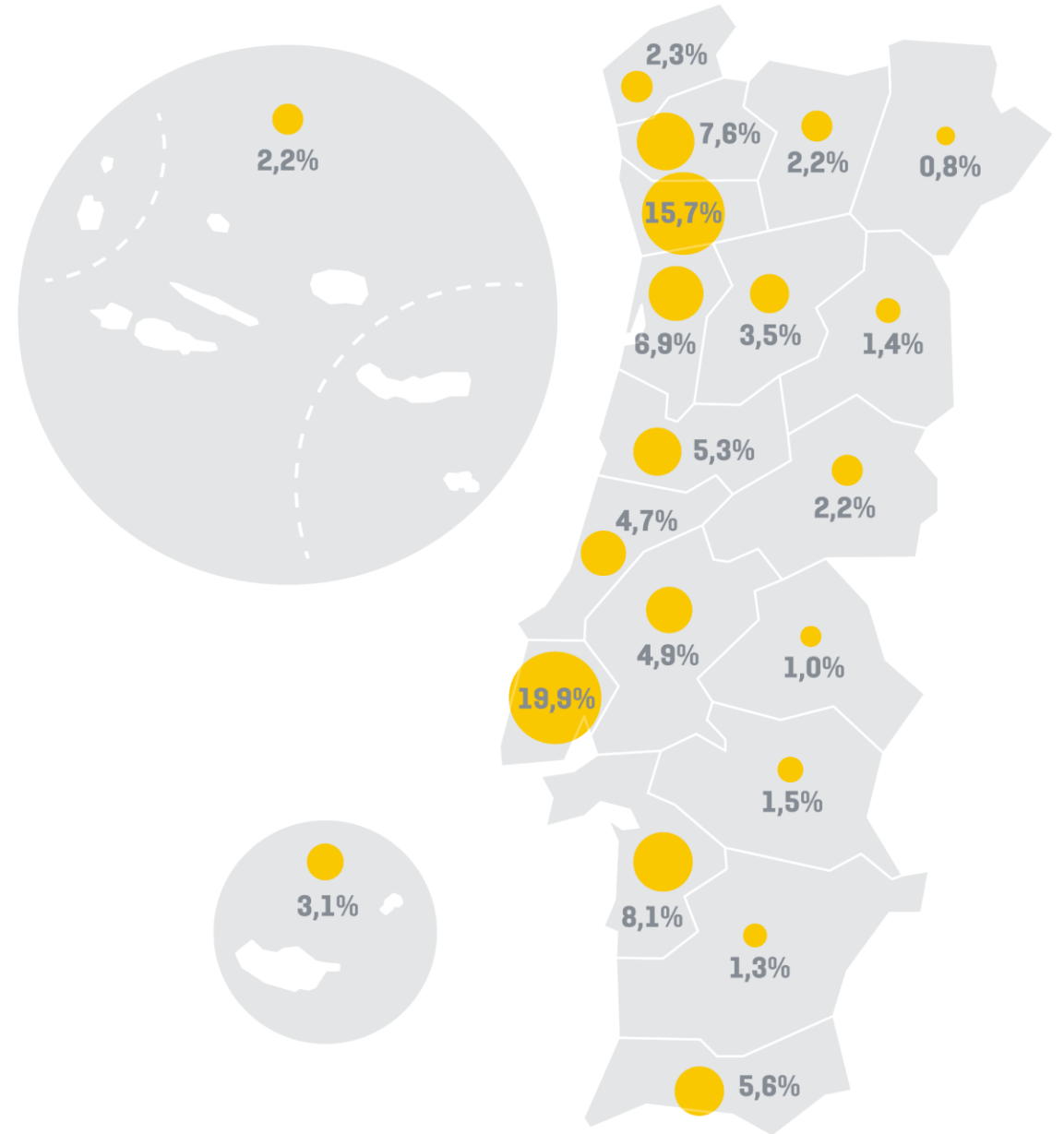
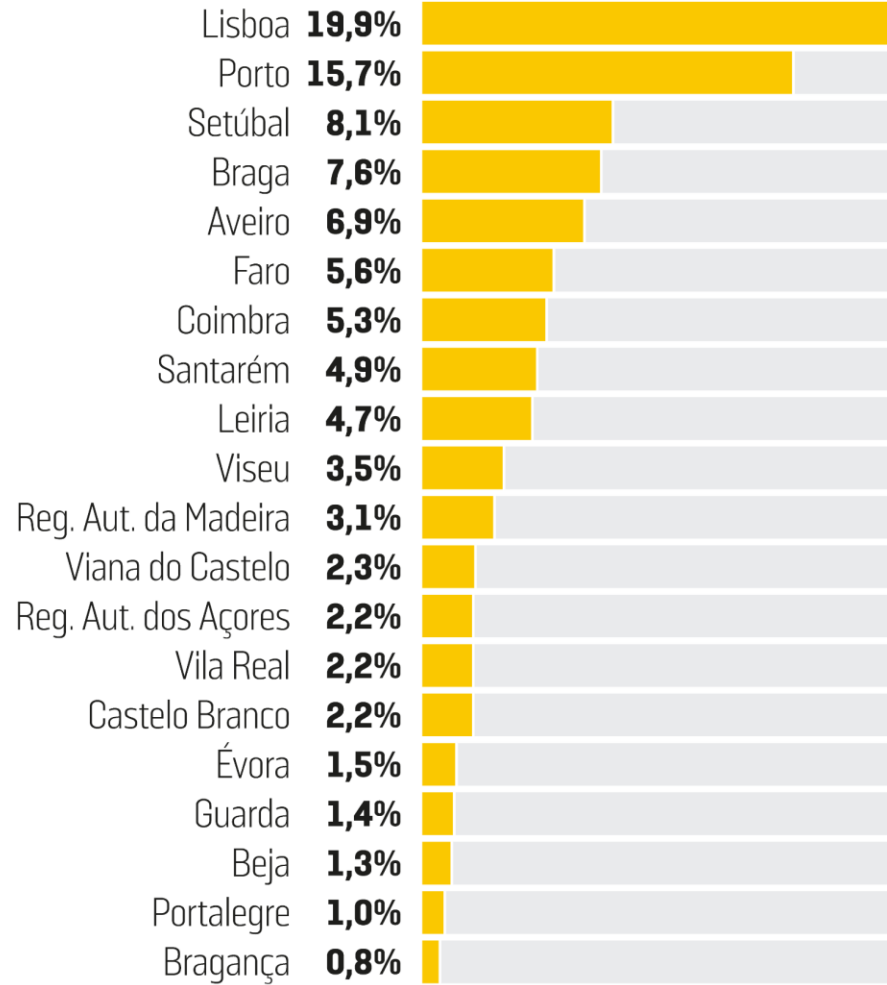
IDADE



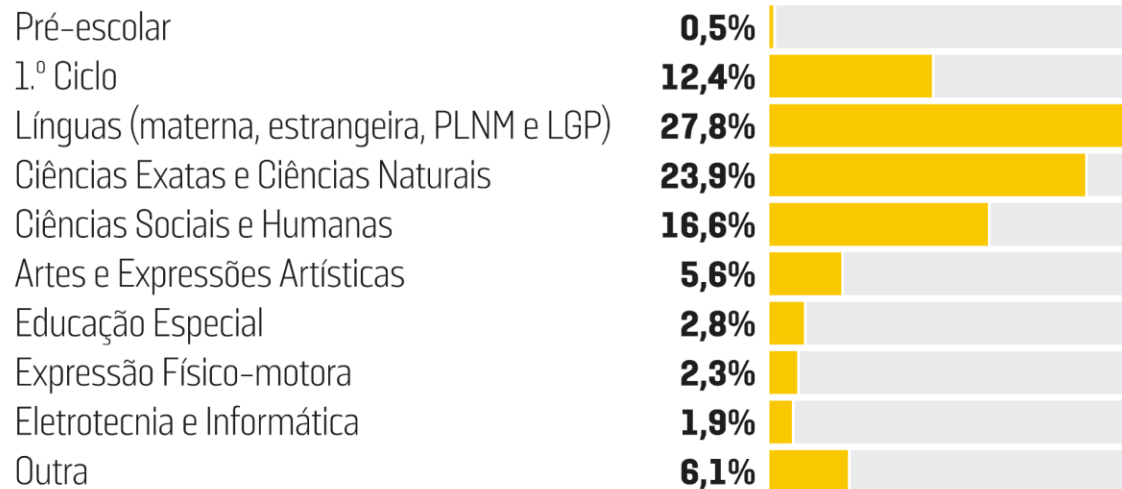
SEXO



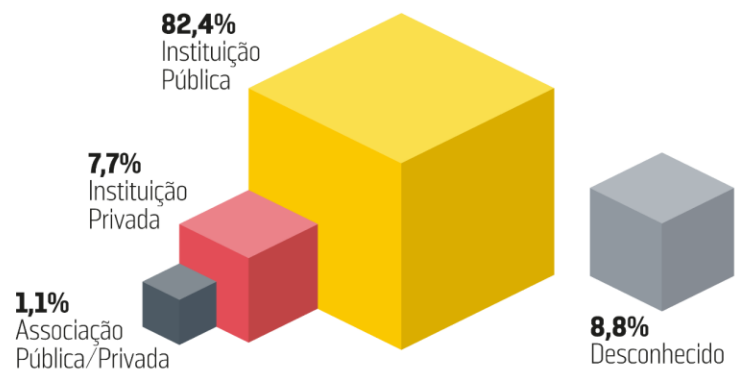
PROFESSORES/AS RESPONDENTES POR DISTRITO



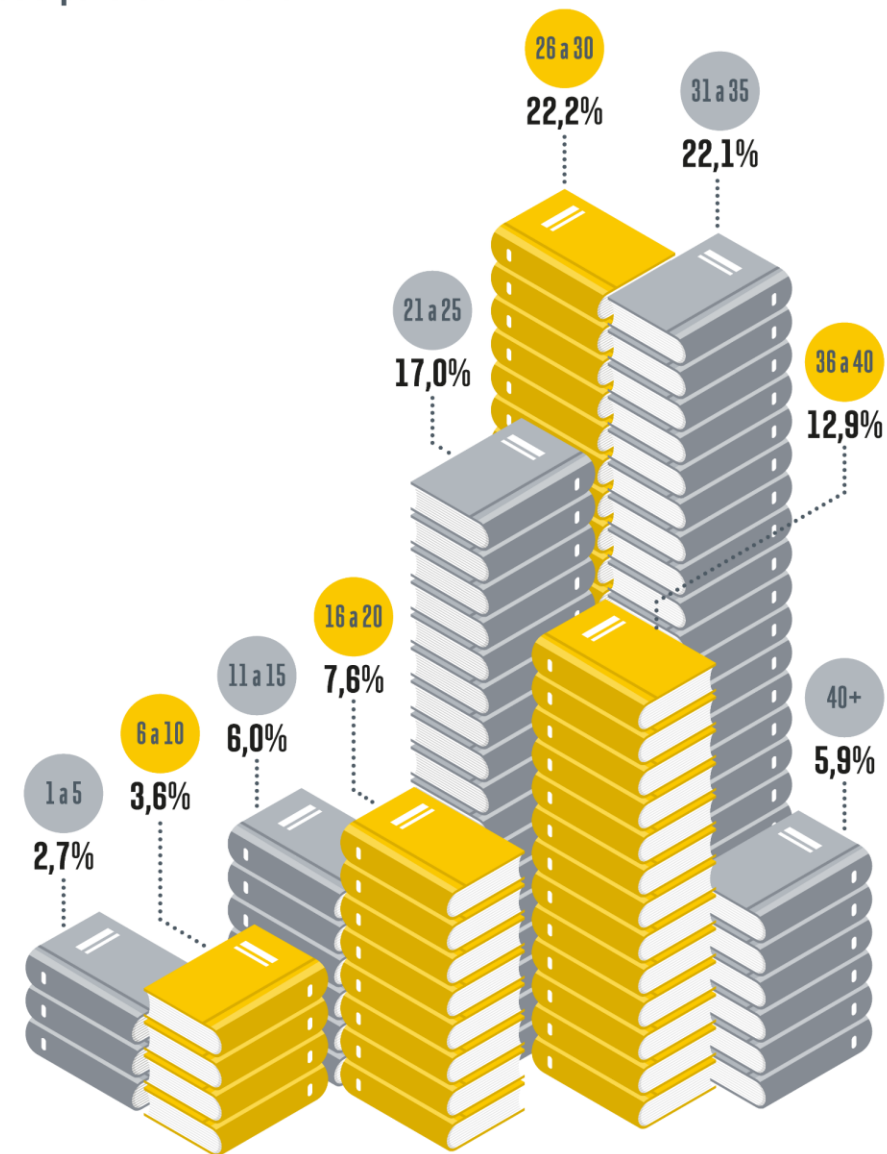
Qual é a sua área de leção?



TIPOLOGIA DE ESCOLA



Anos de experiência no ensino





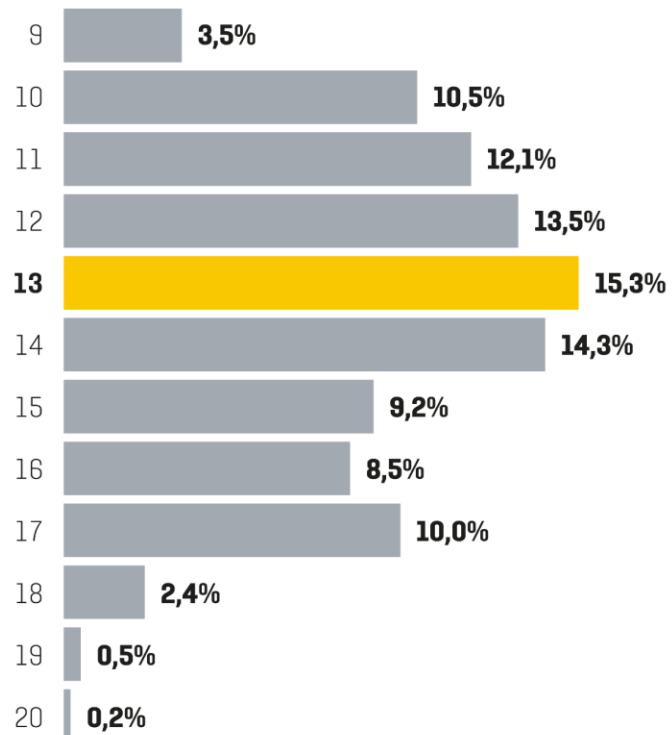
ALUNOS/AS



ALUNOS/AS RESPONDENTES

3130

IDADE

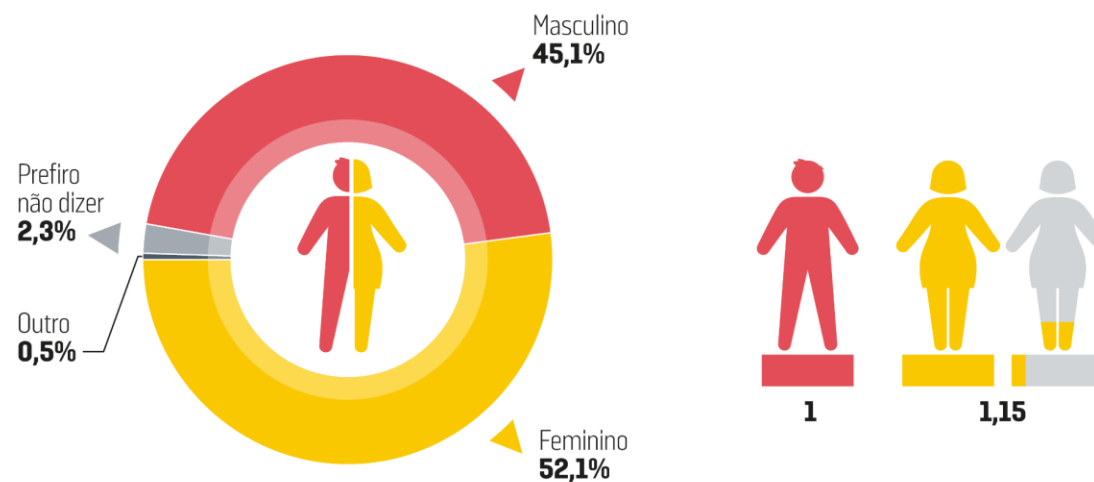


anos

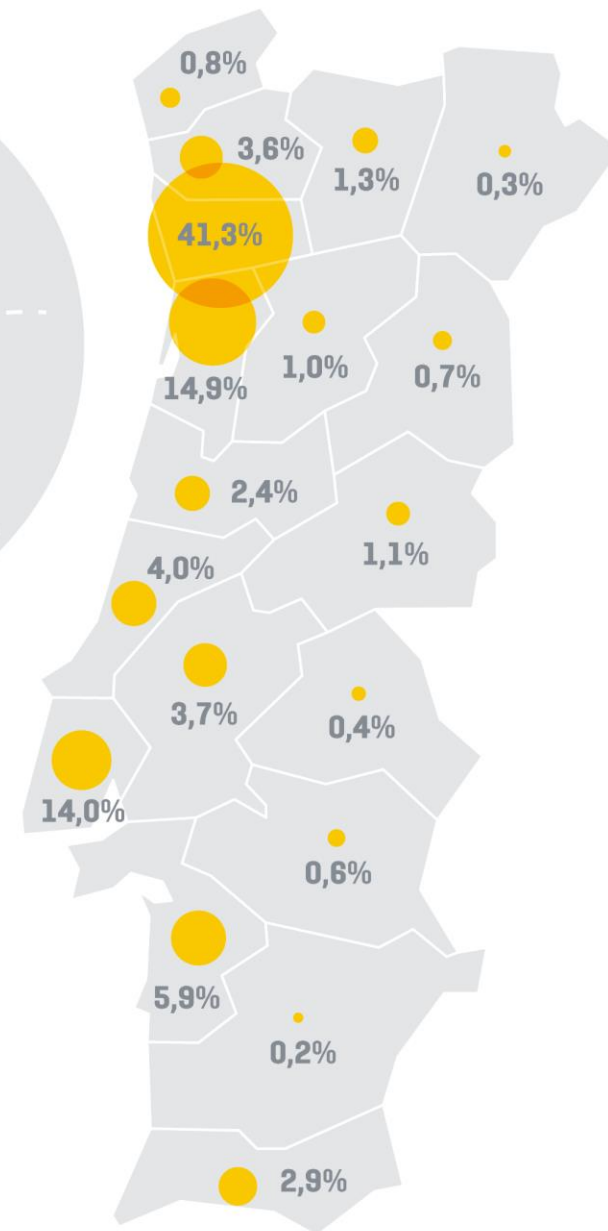
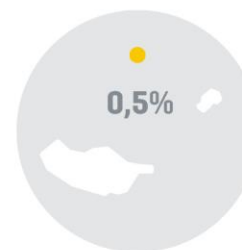
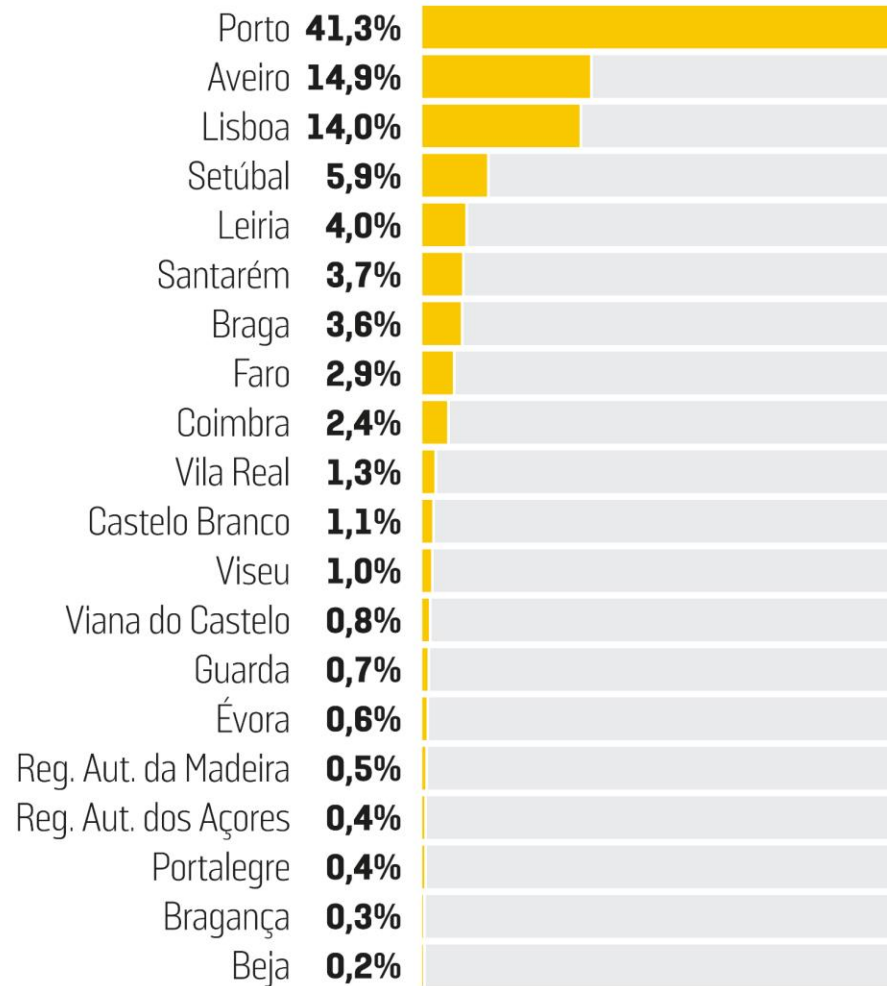
CICLO DE ENSINO



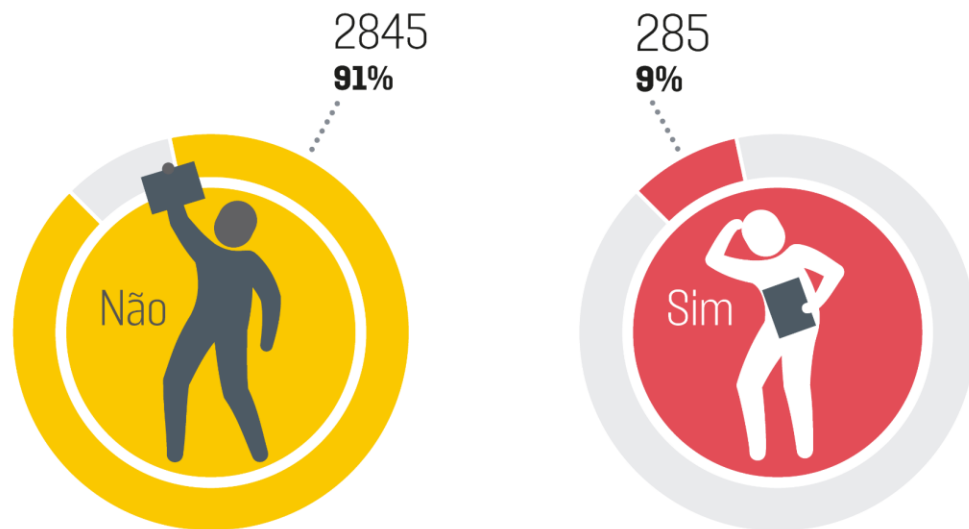
SEXO



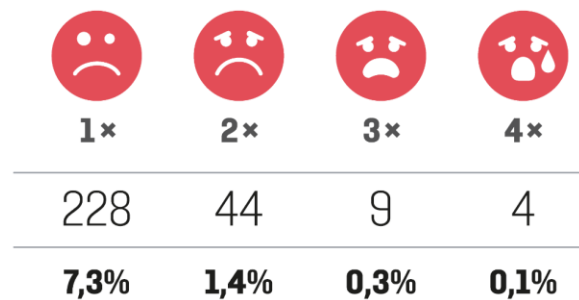
ALUNOS/AS RESPONDENTES POR DISTRITO



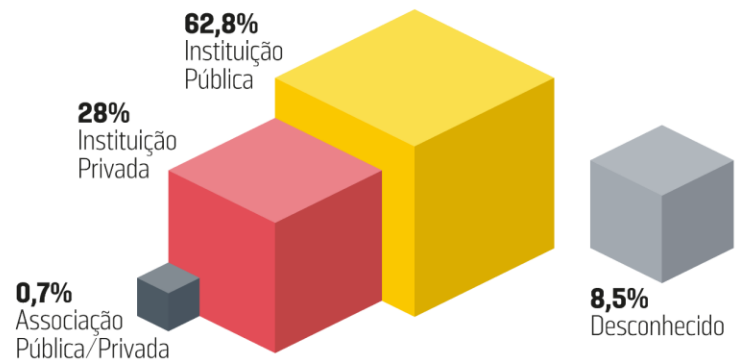
Já reprovaste de ano? Quantas vezes?



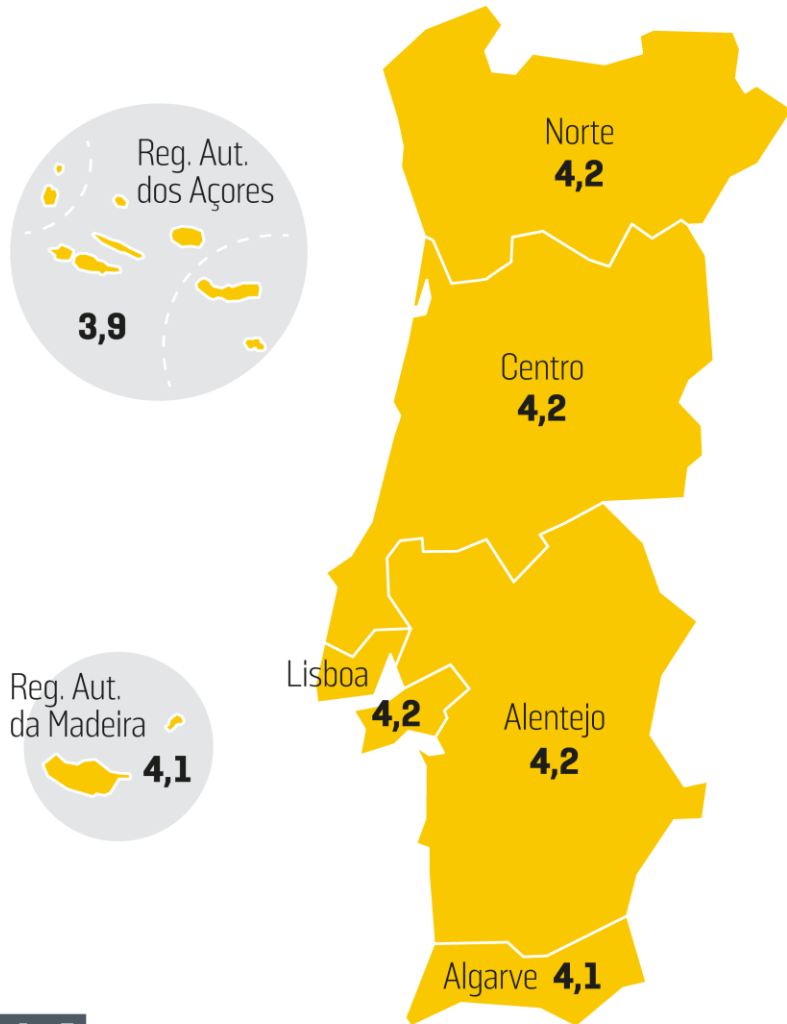
Quantas vezes?



TIPOLOGIA DE ESCOLA



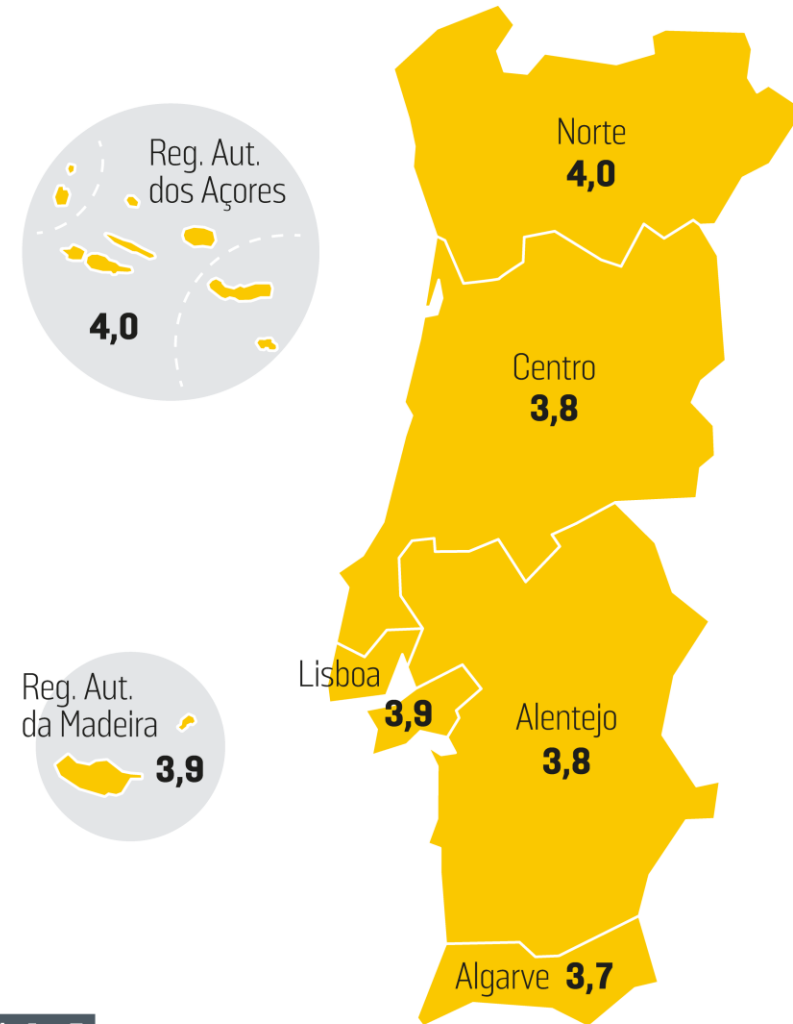
Para ti, em que medida é importante o que aprendeste na escola?



Escala de 1 a 5

1 (nada importante)
5 (muito importante)

Globalmente, consideras-te um/a aluno/a...



Escala de 1 a 5

1 (muito fraco)
5 (muito bom)

■ CONCLUSÕES



DETERMINANTES DE FELICIDADE

PROFESSORES/AS e ALUNOS/AS

IDADE MÉDIA



PROFESSORES/AS

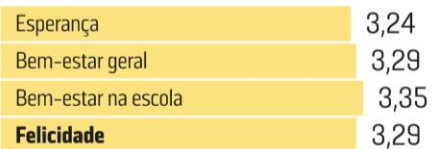


ALUNOS/AS

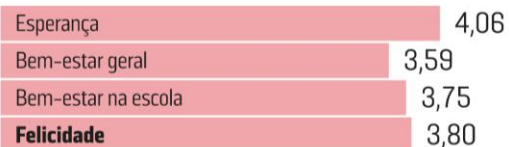
FELICIDADE



PROFESSORES/AS



ALUNOS/AS



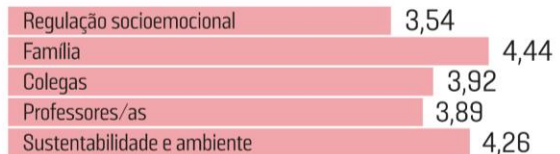
RAZÕES PARA A FELICIDADE



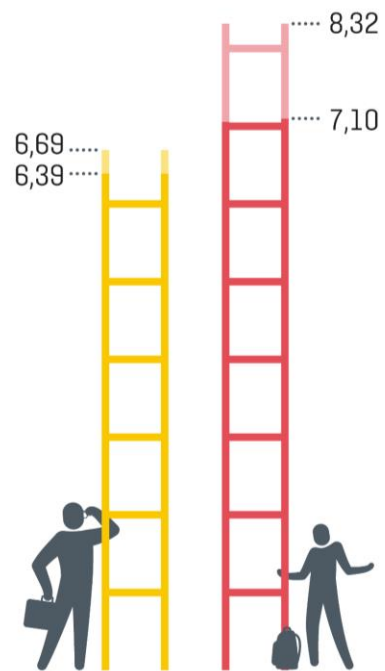
PROFESSORES/AS



ALUNOS/AS



WELL BEING LADDER



PROFESSORES/AS

ALUNOS/AS

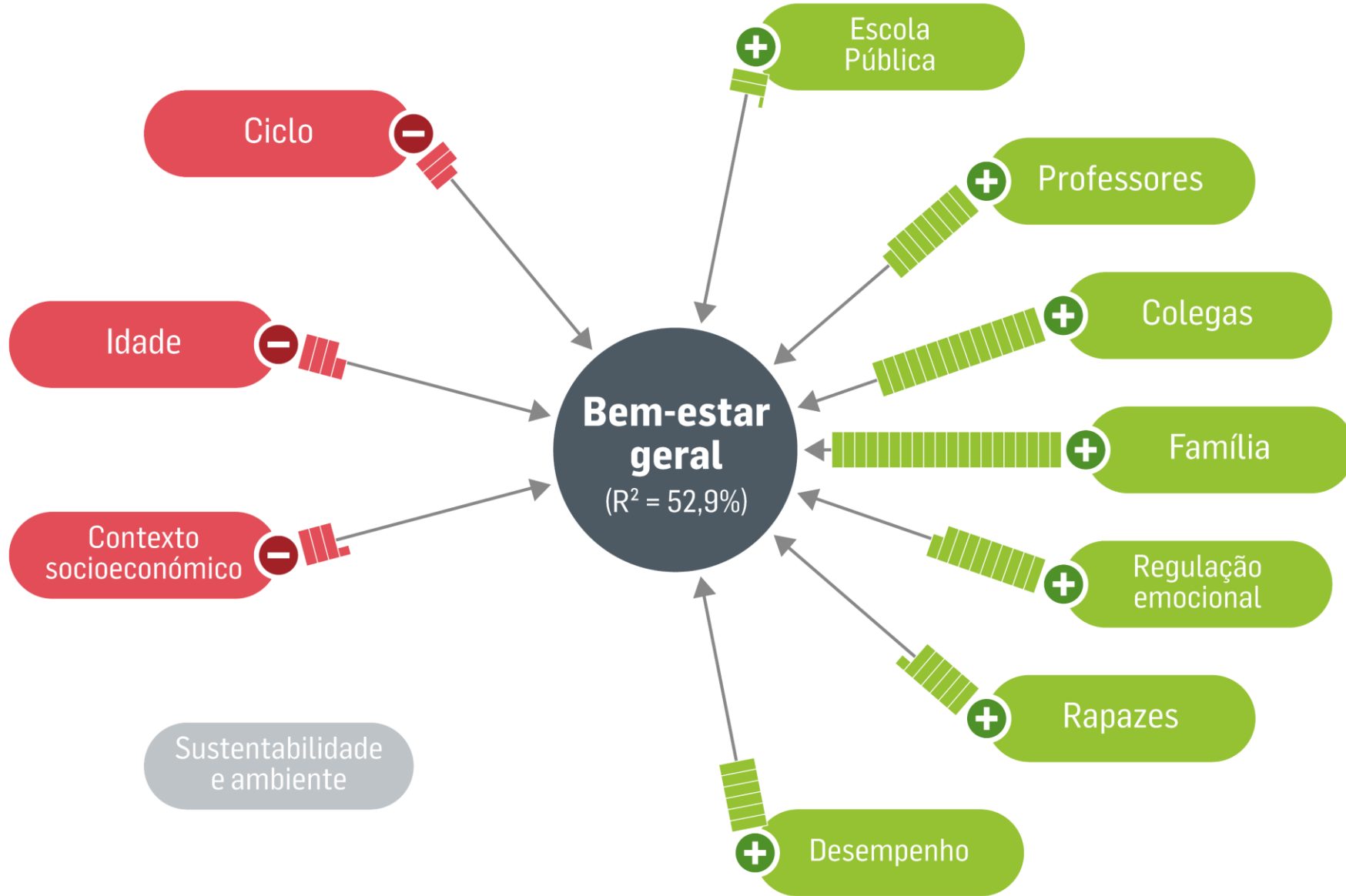
Well being ladder 5 years
Well being ladder

PISA 2018 para PT
7.15 (7.4 em 2015)

Fonte da designação: Cantril Scale



ALUNOS/AS

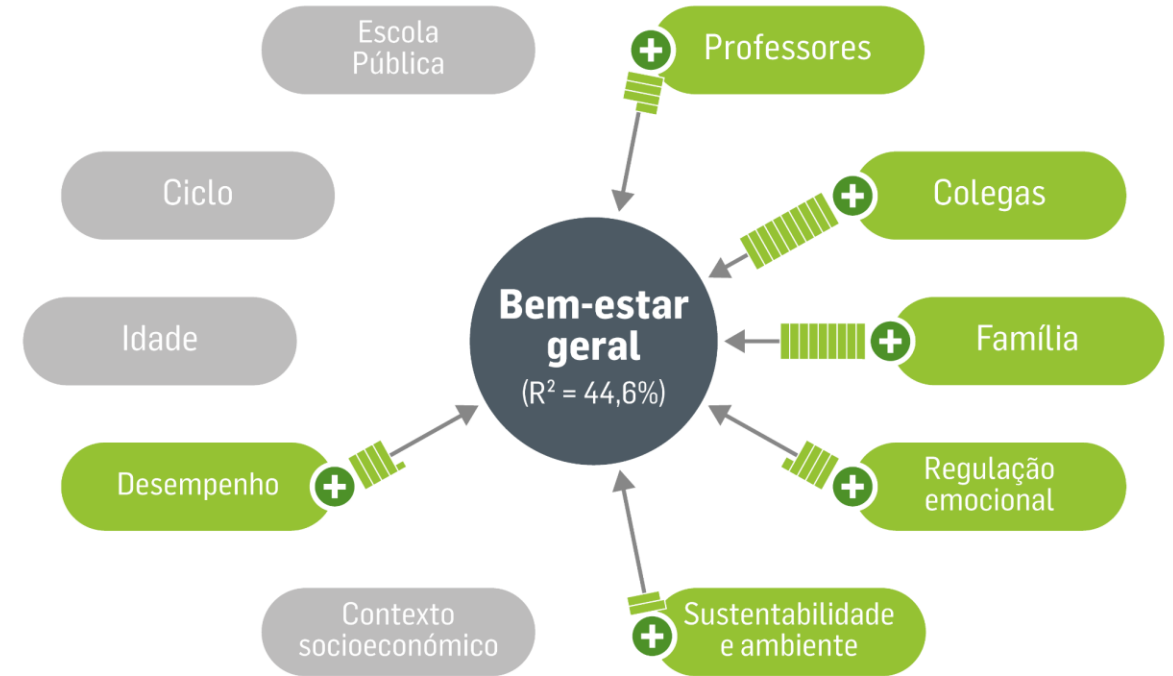




RAPARIGAS

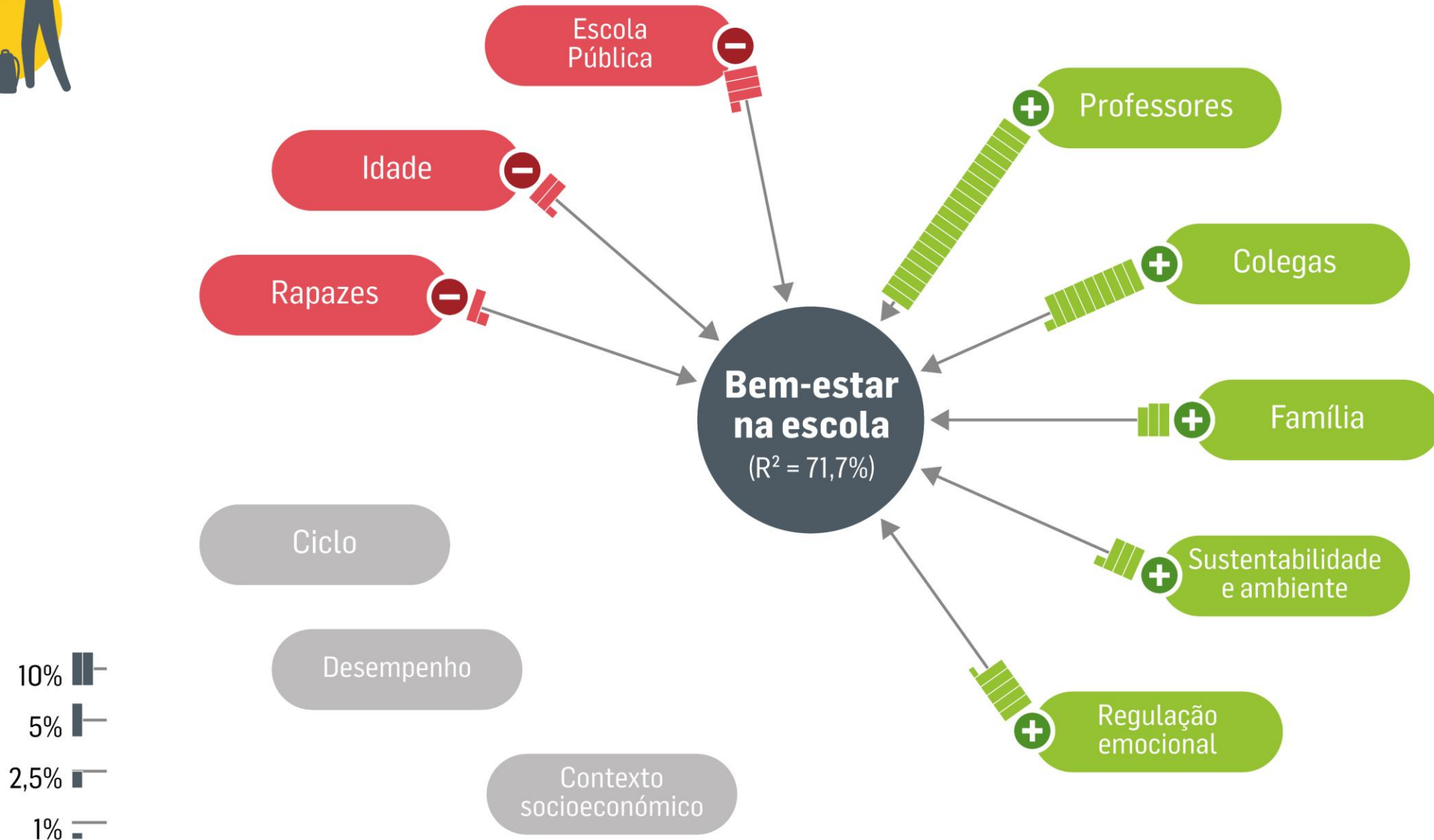


RAPAZES



IDEIAS PRINCIPAIS BEM-ESTAR GERAL

- As percepções com o clima da família e dos colegas são os mais importantes a explicar o bem-estar geral dos alunos.
- A regulação das emoções, a percepção do clima professores e o desempenho também contribuem positivamente para o bem-estar dos alunos.
- Os rapazes apresentam uma autopercepção de maior bem-estar do que as raparigas.
- Pertencer a uma escola pública tem um impacto positivo no bem estar (resultado diferente do bem estar na escola).
- As classes socioeconómicas mais favorecidas tendem a ter um bem estar inferior (resultado inesperado – no PISA o índice socio económico não se relaciona com a escala de bem estar – Catril Ladder no caso dos alunos Portugueses) – quando analisamos este efeito por género ele só é relevante para as raparigas. Para os rapazes não há relação entre bem estar e contexto socioeconómico.
- Enquanto para as raparigas a família é o fator mais relevante a explicar o bem estar, seguido dos colegas, dos professores e da regulação das emoções; para os rapazes os fatores mais explicativos do seu bem-estar são os colegas, seguidos da família.
- Os professores contribuem mais para o bem-estar das raparigas do que o dos rapazes.





RAPARIGAS



RAPAZES



IDEIAS PRINCIPAIS BEM-ESTAR NA ESCOLA

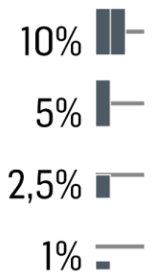
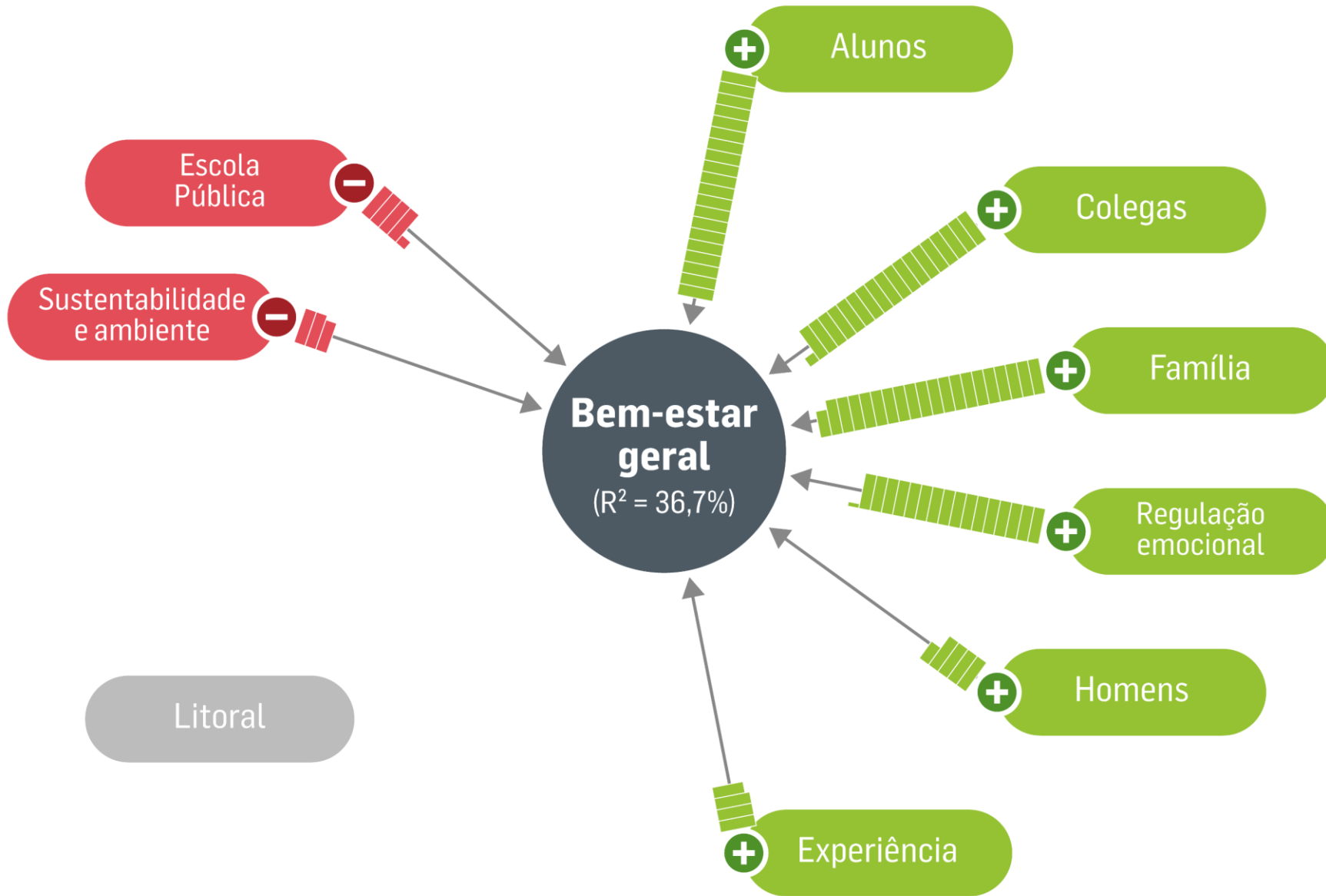
- O clima dos professores é o fator mais importante a explicar o bem-estar dos alunos na escola. É seguido da percepção dos alunos relativa ao clima com os colegas.
- O desempenho dos alunos e o seu contexto socioeconómico não são relevantes a explicar o bem-estar na escola – o que é um excelente indicador de tendência de equidade nas escolas.
- Nas escolas públicas tende a existir um menor sentimento de bem-estar na escola, sendo ainda de realçar o facto dos rapazes evidenciarem menor valor de bem estar na escola do que as raparigas, apesar de terem maior valor no bem-estar geral. (tipicamente rapazes apresentam maior bem estar que raparigas – evidência também no PISA).
- O contexto socioeconómico influencia positivamente o bem estar na escola das raparigas (contrariamente ao que acontecia no bem estar geral), e a idade influencia negativamente o bem-estar na escola dos rapazes.



PROFESSORES/AS



PROFESSORES/AS

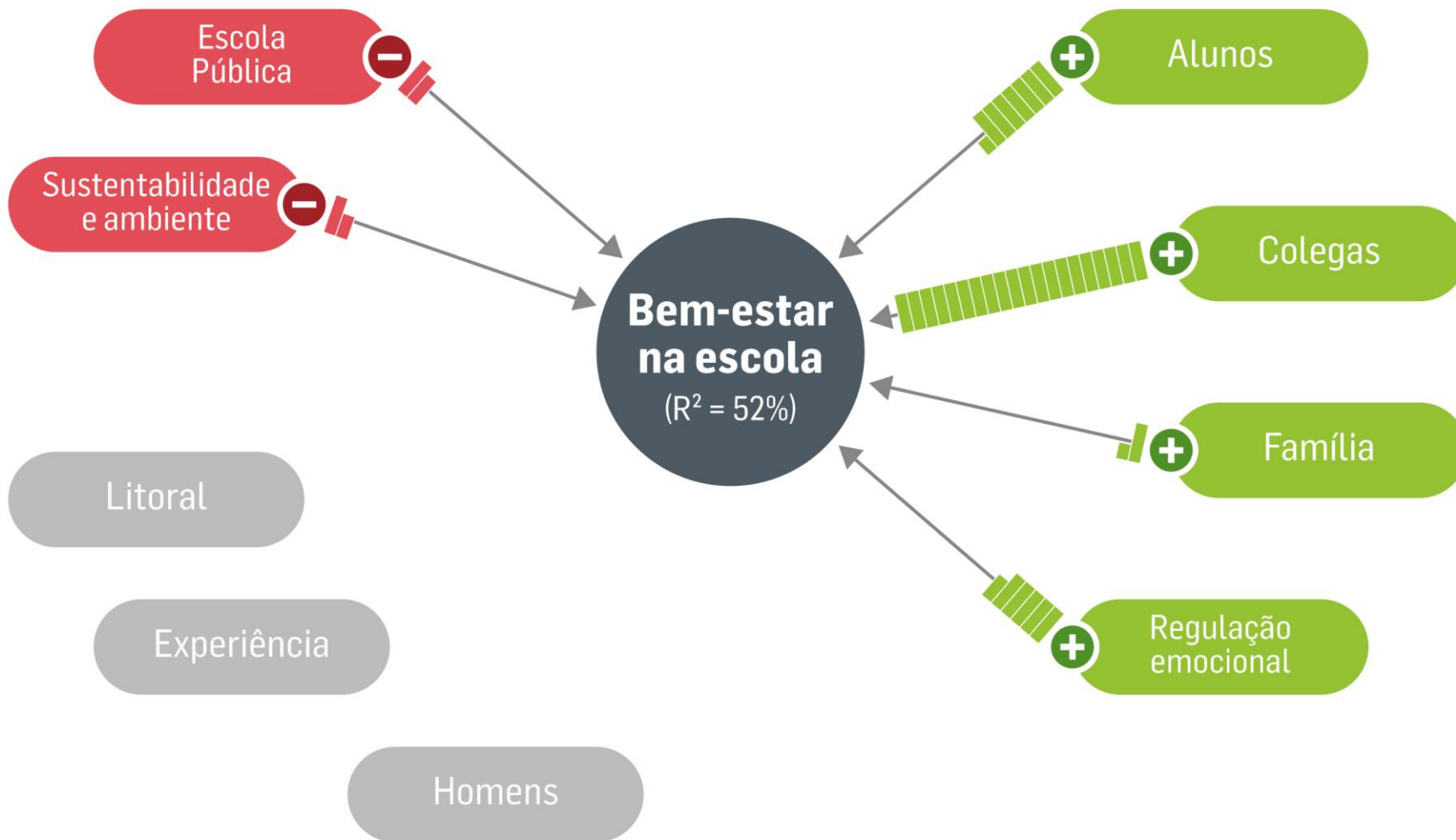


IDEIAS PRINCIPAIS BEM-ESTAR GERAL

- As variáveis mais relevantes a explicar o bem-estar geral dos professores são: os climas de escola relacionado com o apoio familiar, com a relação com os alunos e com colegas, bem como, a capacidade de regular emoções.
- Os professores não se distinguem dos alunos naquilo que são os *drivers* do seu bem-estar.
- As preocupações com o ambiente e a sustentabilidade parecem reduzir a felicidade dos professores.
- Os professores de escolas públicas apresentam níveis de bem-estar mais baixos, sendo que numa comparação entre géneros os homens apresentam níveis de bem-estar mais elevados.



PROFESSORES/AS



IDEIAS PRINCIPAIS BEM-ESTAR NA ESCOLA

- Variáveis mais relevantes são: o clima de escola relacionado com colegas, seguida do clima relacionado com alunos e a regulação socio emocional.
- Os níveis de bem estar geral e na escola experienciados por professores de escolas públicas são inferiores aos das escolas privadas.
- Embora os homens tendam a apresentar níveis de bem estar geral superiores ao das mulheres, no bem estar na escola as diferenças entre géneros não parecem relevantes.

ASPETOS-CHAVE

- Os **alunos apresentam, no geral, valores de felicidade** e dos seus 3 componentes de felicidade **superiores aos dos professores.**
- Em particular **há uma diferença substancial entre o bem-estar dos alunos hoje e aquele que eles esperam daqui a 5 anos** (mais 1.2 pontos) e os **professores esperam estar melhor daqui a 5 anos**, mas apenas em 0.3 pontos.
- Os **professores apresentam uma percepção mais positiva do que os alunos** apenas nas suas **preocupações de sustentabilidade e ambientais do que os alunos** (o que surpreende).

ASPETOS-CHAVE

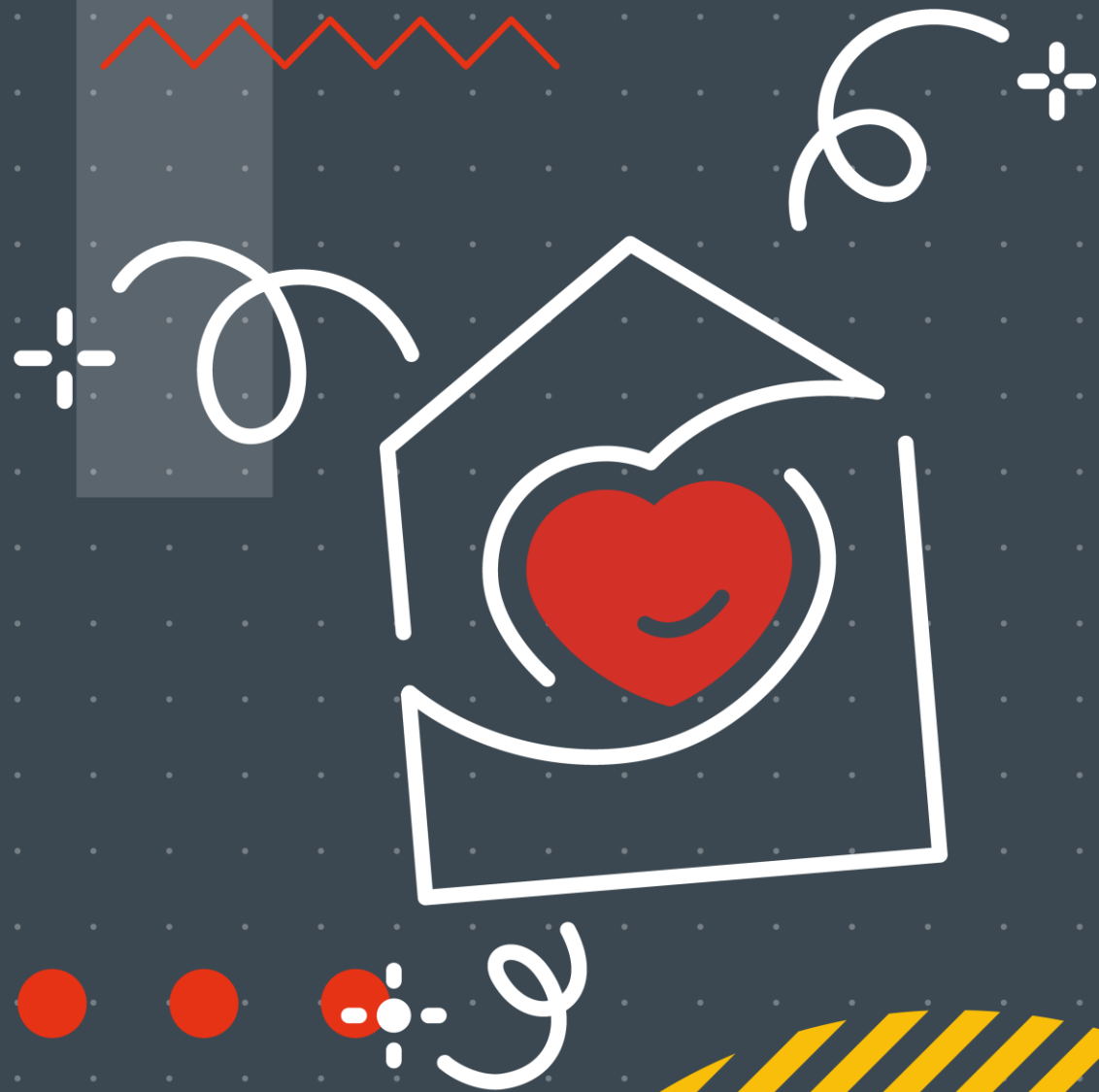
– Bem estar dos alunos:

- Clima família é o aspeto mais importante a explicar o bem estar geral, e o clima professores é o aspeto mais importante a explicar o bem estar na escola.
- Rapazes apresentam maior bem estar geral que as raparigas, mas na escola o seu bem estar é inferior (resultado algo inesperado).
- O bem estar geral de alunos que pertencem a escolas públicas é maior, mas o bem estar na escola é menor para os alunos de escolas públicas (resultado inesperado).
- O contexto socioeconómico tem impacto negativo no bem estar geral (mas apenas para as raparigas), e não tem impacto no bem estar na escola. (dados do PISA para Portugal também revelam ausência de impacto do contexto socioeconómico no bem estar dos alunos).
- O desempenho dos alunos na escola tem impacto no seu bem estar geral, mas não no seu bem estar na escola.
- As preocupações ambientais têm impacto positivo no bem estar na escola dos alunos e no bem estar geral dos rapazes.

ASPETOS-CHAVE

– Bem estar dos professores

- Os climas alunos e família são os aspetos mais importantes a explicar o bem estar geral, e o clima colegas é de longe o aspeto mais importante a explicar o bem estar na escola.
- Homens apresentam maior bem estar geral que as mulheres, mas não há diferenças entre géneros no que diz respeito ao bem estar na escola (resultado similar ao dos alunos).
- O bem estar geral de professores de escolas públicas é inferior, e esta conclusão mantém-se para o bem estar na escola.
- As preocupações ambientais têm impacto negativo no bem estar geral e na escola dos professores – resultado contrário ao que acontece no caso dos alunos.



BEM-ESTAR E FELICIDADE NAS ESCOLAS PORTUGUESAS

ESTUDO EXPLORATÓRIO

escolaamiga.pt

escolaamigadacrianca@gmail.com