



# Há mais silêncio e ansiedade na sala de aula

No regresso à escola, as reacções dos alunos são diferentes. Os professores notam mudanças nos comportamentos e os psicólogos reportam um aumento nos pedidos de ajuda

## Reportagem

**Clara Viana e Samuel Silva** Texto  
**Adriano Miranda e Diego Nery** Fotografia

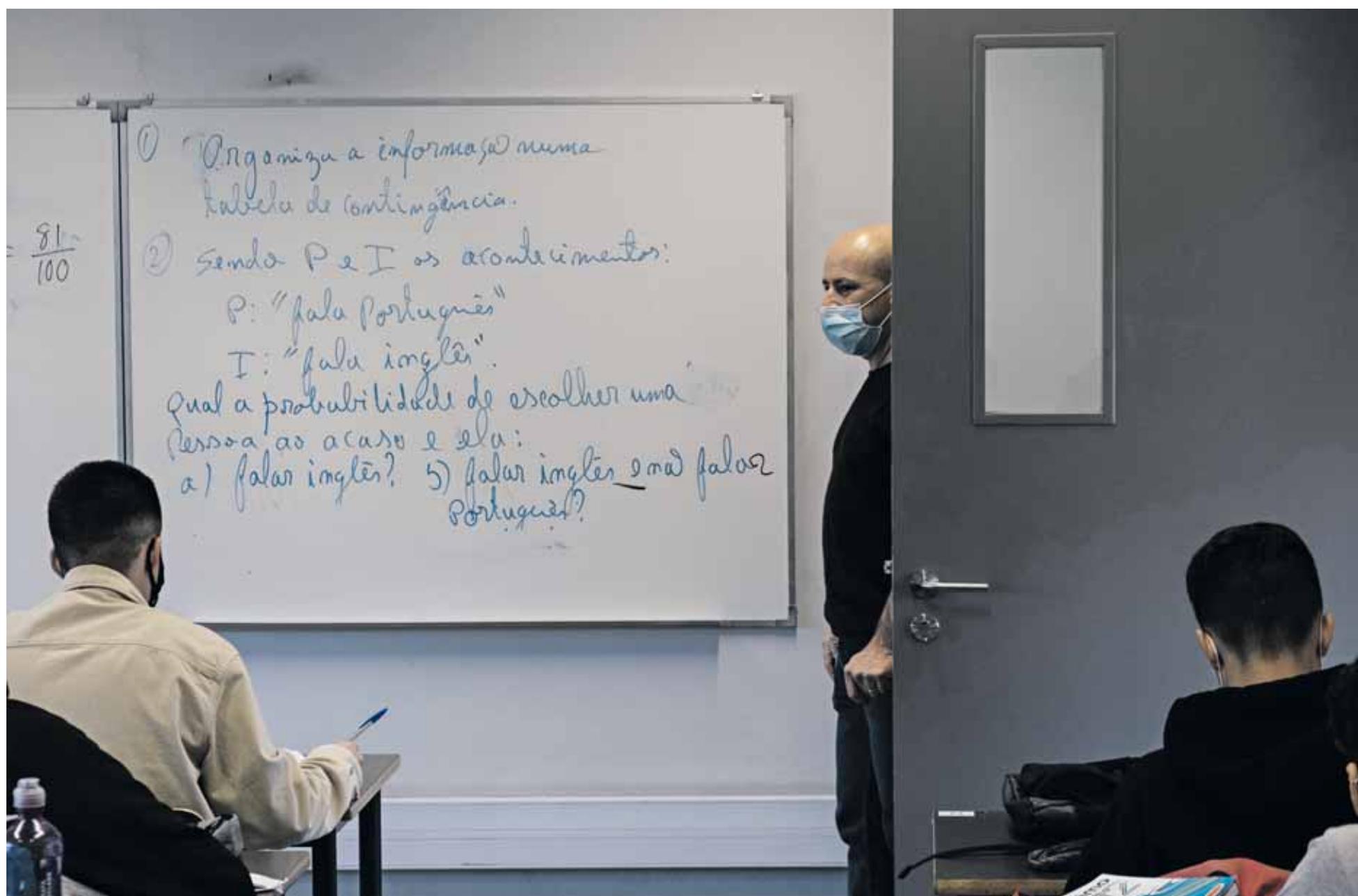
Mais ansiosos, com uma postura mais apática, com maior desfasamento nos desempenhos. São algumas das características que sobressaem entre os alunos neste regresso às aulas com alguma “normalidade”, mas que não permitem generalizações, já que as reacções a dois anos de pandemia têm sido muito diversas, apontam psicólogas escolares ouvidas pelo PÚBLICO.

Desde que as escolas começaram a fechar, em Março de 2020, afectando mais de 1,5 mil milhões de estudantes em todo o mundo, várias organizações internacionais têm alertado para os efeitos da pandemia na saúde mental de crianças e jovens, devido ao isolamento em que estiveram durante quase dois anos e ao agravamento de situações de risco neste contexto.

A Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE) destacou mesmo que esta deveria ser a principal preocupação das escolas. Embora frisando, em conjunto com a UNICEF ou a Organização Mundial de Saúde, que esta “vigília” se deve manter porque, ao contrário dos atrasos nas aprendizagens, que são evidentes desde logo, os problemas de saúde mental poderão só tornar-se visíveis a médio e longo prazo.

Por agora, o que mais parece preocupar os alunos é conseguirem voltar também a alguma “normalidade” no que respeita ao domínio das matérias de que terão de dar provas nos exames nacionais. Mas aos seus professores não escapam algumas “diferenças”. “Estão muito mais sossegados do que o habitual”, refere ao PÚBLICO o professor de Matemática Vítor Rodrigues, que lecciona Matemática na escola secundária D. Maria II, em Braga.

Para este docente, a alteração dos comportamentos dos alunos é “fruto da pandemia”: “Perderam-se afinidades e há contactos entre eles



que deviam ter sido desenvolvidos e não o foram.” A asserção é válida para o 12.º H, a turma que o PÚBLICO acompanhou nesta escola, mas também para outras a quem dá aulas, diz. “Praticamente deixou de haver alunos a conversar com os colegas do lado durante a aula. A maior parte senta-se e faz o seu trabalho”, prossegue o professor de Matemática. É isso que confirma a experiência naquela sala. Os estudantes mantêm-se em silêncio quase todo o tempo.

### Reacções diferentes no pós-confinamento

“Temos percebido que ao nível do 3.º ciclo e ensino secundário, os alunos participam menos nas aulas, apresentando uma postura algo apática, sendo pouco proactivos, mais calados e com maiores dificuldades em aderir a propostas de trabalho”, corrobora a psicóloga Tatiana Fernandes, do Agrupamento de Escolas de Cister, Alcobça, que com mais de 3600 alunos é um dos maiores do país.

A psicóloga chama, no entanto, a

atenção para o seguinte: “Neste regresso ao ensino presencial, temos tido reacções muito diferenciadas que não permitem generalizações”.

Por exemplo, tanto têm alunos “ávidos pelo contacto pessoal e felizes por regressarem (voltámos a ver meninos a jogar ao berlinde ou a brincar às escondidas, mesmo já com 12/13 anos e a deixar o telemóvel de lado)”, como outros que se mostram “resistentes às metodologias do ensino presencial por considerarem ter-se adaptado muito bem ao ensino à distância e por referirem terem-se habituado a estar sozinhos – o que deverá ser motivo de preocupação”.

De algum modo, é assim que se sente Sara, aluna da turma 1.ª do 9.º ano da Escola Secundária Vergílio Ferreira, em Lisboa. Dos 21 estudantes desta turma, é a única que assume que até gostou mais de estar em casa e que o confinamento lhe deixa “saudades”. “Não tinha de ir à escola, estava mais tranquila, no conforto da minha casa”, descreve de olhos cravados na carteira.

Para espanto dos seus colegas,

que já antes tinham manifestado o seu “alívio” por estarem de volta à turma e ao ensino presencial. Embora Manuel admita que, no início, “foi estranho”, porque quase só estava habituado a vê-los via computador. “Mas foi bom voltar ao convívio com os meus colegas. E é mais fácil do que estar *online* a aprender as matérias.”

Sebastião corrobora: “Acabei por achar que estava a voltar a uma normalidade de que já sentia falta. Estar cinco vezes de quarentena acaba por se tornar entediante.” Esta é a mesma turma que começou o 3.º ciclo em conjunto em 2019/2020. Agora estão no 9.º ano. Pelo caminho, estiveram vários meses em casa nos dois confinamentos gerais em 2020 e 2021. A que somam, no ano passado, mais três períodos de isolamento de 14 dias por terem sido mandados para casa na sequência de contactos com colegas que estavam infectados.

A professora de Francês e directora de turma Sónia Ferreira, que cedeu ao PÚBLICO o espaço que seria o de Cidadania e

### Escola Secundária D. Maria II, em Braga

O professor de Matemática Vítor Rodrigues notou que os seus alunos estavam “mais sossegados que o habitual”. Diz que “perderam afinidades”

### Notas no centro das preocupações

A maioria dos alunos do 12.º ano da D. Maria II está mais preocupada com a recuperação das aprendizagens e os exames de acesso ao ensino superior

Desenvolvimento, acompanha estes alunos desde o 7.º ano. Confessa que neste regresso não os achou “muito diferentes”. “Não foi nada fácil, sobretudo no primeiro confinamento, mas eles são muito resilientes e foram mesmo uns heróis”, testemunha.

### Exames voltam a estar no centro das preocupações

De regresso à secundária D. Maria

II de Braga, sublinhe-se que para os alunos do 12.º H, a aprendizagem é o mais importante. Por muito que a pandemia tenha afectado também a sua socialização e comportamentos, o que mais os inquieta não é muito distinto de um outro ano qualquer. O último ano do secundário é um momento decisivo dos seus percursos escolares: tempo para preparar os exames nacionais, incluindo a Matemática, e garantir as melhores condições para o ingresso no ensino superior.

Quando há um mês e meio voltou às aulas, “a grande preocupação” de Bruna Ribeiro não eram as condições sanitárias, nem a vontade de abraçar os amigos – que a tinha, partilhará durante a conversa –, eram mesmo as suas notas.

No primeiro ano de pandemia, quando ainda andava no 10.º ano, reconhece que as classificações subiram, fruto das dificuldades dos professores com as avaliações à distância. “No ano passado [no 11.º ano], já foi um bocadinho diferente, mas este ano preciso de manter a média”, acrescenta →



Bruna, incerta de que isso seja possível num ano lectivo em que os métodos de avaliação voltam a ser os de sempre, com ênfase nos testes.

No outro extremo da sala de aula, Edgar Cunha concorda com a colega: “O que me preocupa é acabar com uma boa média e depois ter umas férias descansadas”. Há outro motivo de inquietação na mente deste aluno: saber o quanto antes se os exames nacionais serão obrigatórios para a conclusão do ensino secundário, como foram até à pandemia, ou se, à semelhança do que aconteceu nos dois últimos anos lectivos, servirão apenas como prova de ingresso para quem quer prosseguir para o ensino superior. “Isso é o que me deixa mais ansioso”, sublinha.

O tema dos exames nacionais tinha sido introduzido na conversa do PÚBLICO com a turma 12.º H por Lara Dantas, uma aluna que se mostra especialmente desconfortável com os moldes das provas finais. O Instituto de Avaliação Educativa anunciou há dias que, à semelhança do que

aconteceu nos últimos dois anos, os exames terão grupos de perguntas obrigatórias e outras opcionais. “Isso causa muito stress.”

Os alunos que agora entram no último ano do ensino secundário foram “muito afectados pela pandemia”, recorda esta aluna. Foram dois períodos de confinamento e conseqüente ensino à distância nos dois anos iniciais do ciclo que conclui a escolaridade obrigatória. “Mesmo que tenhamos aulas de recuperação, há sempre alguma coisa que ficou perdida”, acrescenta Lara.

O ensino à distância “foi um desenrasque”, avalia Edgar Cunha, que recorda o cansaço que as aulas remotas provocavam. Também confessa que de vez em quando se “baldava um pouco”, face à intensidade do ritmo de trabalho e ao facto de estar “no conforto de casa”.

Sobre as aprendizagens, a psicóloga Tatiana Fernandes apresenta outra das constatações a que chegaram nestes quase dois meses de aulas: “Nos mais novos, as diferenças entre alunos

acentuaram-se, sendo que o desfasamento de desempenhos aumentou”. E esta situação “exige da escola estratégias compensatórias de reforço de aprendizagens e de optimização de recursos humanos, que nunca são suficientes face à exigência das necessidades”.

Será o caso, por exemplo, do plano de recuperação das aprendizagens lançado este ano e com um prazo de duração até 2023. Edgar Cunha, o aluno de Braga, testemunha que deste plano só vai vendo “pequenas coisas”. “Agora, toda a matéria que perdemos, vamos ter de dar outra vez isso tudo”, espera o aluno.

### É possível recuperar as aprendizagens perdidas?

O professor Vítor Rodrigues concorda com os estudantes da turma. Acredita até que muitos deles “nem têm bem consciência das limitações” que a pandemia e dois períodos de ensino à distância provocaram sobre as suas aprendizagens. Nas primeiras

semanas de aulas, já notou que há “atrasos significativos”. Na Matemática, será necessário abreviar alguns assuntos, para poder recuperar matérias que ficaram por dar nos dois anos anteriores, não só porque são conhecimentos fundamentais para aprender outros assuntos do programa, mas também pensando no exame nacional no final do ano. “Vamos tentar recuperar alguma coisa, minimizar as perdas”, promete, “mas não sei se será recuperada a totalidade”.

Na secundária de Lisboa, a professora Sónia Ferreira parece estar mais optimista quanto à possibilidade de recuperação, embora frise que não vai “ser fácil”, sobretudo em disciplinas com poucos tempos lectivos como é o caso do Francês (dois por semana). Depois de tudo o que já passaram, agora vai ser preciso que “todos façam um novo esforço”. Que por agora se tem centrado nas revisões, o que tem implicado muitas vezes um regresso aos conteúdos do 7.º ano.

“Estamos a tentar recuperar dois

anos. Houve muita matéria que se perdeu nas aulas *online*”, desabafam vários dos alunos desta turma, onde sobressaem dois consensos. O primeiro é que Matemática foi a disciplina “mais afectada”, sendo que, com Português, é uma das sujeitas a exames finais, que vão voltar em 2022 depois de dois anos de suspensão.

O segundo é que, mesmo com as dificuldades que sentem, não seriam capazes de ter mais horas de aulas por dia. “Já é muito cansativo assim e ainda por cima com o horário que temos”, resume Florim. Este ano, como a escola continua a funcionar em dois turnos, as aulas prolongam-se durante toda a tarde até às 18 horas e por vezes ainda têm lições de manhã. No ano passado, para evitar concentrações, prolongaram-se até às 19 horas.

“Foi o mais complicado das aulas presenciais no ano passado. E depois só tínhamos intervalos muito pequenos, em que não podíamos sair da sala”, desabafa Manuel. “A ideia destes intervalos passados na sala até tinha sido boa para evitar



contágios, mas tornou-se insustentável. Eles tinham mesmo de poder respirar”, reforça Sónia Ferreira. E por isso nesta escola passaram a poder “sair um bocadinho, mas mantendo-se na sua bolha”.

Este ano já têm os recreios normais, mas continuam de máscara nas salas de aula e muitos também as continuam a usar nos espaços ao ar livre, o que deixou de ser obrigatório. Na sala, cada um tem a sua carteira em filas com um pequeno espaço entre elas e a sala ou as janelas têm de se manter abertas.

Passa-se o mesmo na secundária D. Maria II em Braga, dando conta de que ainda vivemos um tempo de pandemia. Num dia em que o frio de Outono no Minho já começa a fazer-se sentir, as janelas da sala de aula estão entreabertas, para ajudar a renovar o ar. A porta de entrada também não foi fechada. Sempre que Vítor Rodrigues se aproxima de uma das extremidades do quadro branco, é obrigado a encostar a porta da sala para que os alunos que estão sentados na fila mais à

**Escola Secundária Vergílio Ferreira, em Lisboa**  
**Sara, aluna do 9.º ano, assume que preferia continuar em casa, com as aulas à distância, mas a maioria ansiava pelo regresso ao convívio com os colegas**

**Atrasos no desenvolvimento**  
**Nos alunos mais novos a psicóloga Ana Cristina Santos nota efeitos negativos no desenvolvimento da linguagem e das competências sociais**

esquerda consigam ver o que ali está escrito.

Tempos estranhos, mas que parecem terem-se tornado já um hábito. É uma forma de continuar para diante, mas não ilude outros sintomas. “Tenho observado que os alunos, de um modo geral, estão mais ansiosos. Os adultos, nomeadamente o corpo docente com quem trabalho diariamente, em que a maioria tem muito tempo de serviço, diz estar exausto e

desiludido”, aponta a psicóloga Manuela Rios, da Escola Secundária Aurélia de Sousa, no Porto.

“O ensino à distância foi muito duro para nós”, relata a professora Sónia Ferreira, lembrando o que era estar frente de um computador, nas sessões via zoom, com “um quadradinho aberto para cada aluno”. “Perde-se a empatia com o aluno. Ensinar é estar cá. É no ensino presencial.”

**Mais novos estarão entre os que foram mais afectados**

Esta falta de relação directa terá sido ainda mais prejudicial entre os mais novos, os que estavam a começar a escolaridade quando a pandemia encerrou a escola. É o que dá conta Ana Cristina Santos, psicóloga do Agrupamento de Escolas de Santa Maria dos Olivais, em Lisboa, onde acompanha os alunos do 1.º ciclo.

Não só se notam “efeitos negativos ao nível do desenvolvimento e das aprendizagens, uma vez que houve uma ‘privação’ na educação

informal, especialmente no desenvolvimento da linguagem e das competências sociais, pela falta de contacto com os pares”, como também “houve uma clara diminuição da qualidade na relação entre os alunos e a escola”.

Por outro lado, acrescenta, “existem situações pontuais de alunos que manifestaram dificuldades em ‘conviver’ de forma tranquila com as regras sanitárias, manifestando sintomas de ansiedade”. Ana Cristina Santos destaca, contudo, que o que se verificou, “na maior parte das situações, foi um agravamento ou agudização de situações pré-existentes”: “Situações de instabilidade psicológica e/ou comportamental, situações de dificuldades financeiras, situações de negligência familiar, maus-tratos, ou mesmo de violência doméstica foram tendencialmente agravadas”.

Falando de “dados concretos e objectivos”, a psicóloga Tatiana Fernandes, do Agrupamento de Escolas de Cister, dá conta de que registaram “uma subida de cerca de 20% no número de pedidos de

acompanhamento psicológico aos Serviços de Psicologia e Orientação, face a anos anteriores, sendo que, de entre os motivos para esse encaminhamento, aumentou de forma muito significativa o número de alunos com sintomatologia depressiva (alguns com diagnóstico médico e outros a fazer medicação para o efeito), de problemas de ansiedade (incluindo crises de pânico frequentes ou quadros de ansiedade de desempenho) ou mesmo situações de dependência do jogo e das tecnologias ou situações de *cyberbullying* decorrentes do período de ensino à distância”.

“Tivemos alunos que estiveram muito desacompanhados durante meses, uma vez que ficavam em casa sozinhos, sem qualquer supervisão, enquanto os pais trabalhavam”, lamenta, para alertar: “Teremos pela frente uma árdua tarefa, onde ‘sem ovos não se fazem omeletes’. A saúde psicológica tem de ser vista enquanto uma prioridade de investimento que vai além dos portões da escola.”