



Setembro de 2015

Manual do Tutor

Ano Letivo 2015/2016

Gabinete de Apoio ao Tutorado

Um filósofo estava sentado numa colina a olhar o oceano. Lá em baixo, na praia, viu um jovem que lhe pareceu envolvido numa dança ritual.

Intrigado, o filósofo foi até à praia e aproximou-se do jovem para perceber qual seria a natureza do seu ritual.

“A praia estava cheia de estrelas-do-mar trazidas pela maré. Se ficarem aqui, acabam por morrer. Por isso estou a lançá-las para lá das ondas, para que possam continuar a viver”, disse o jovem.

Rindo-se da futilidade daquela ação, o filósofo perguntou-lhe: “Ó meu caro senhor, estão aqui milhares e milhares de estrelas-do-mar. Acha mesmo que vai conseguir marcar a diferença?”.

Imperturbável, o jovem baixou-se, apanhou outra estrela-do-mar e devolveu-a ao oceano, dizendo “para esta, já marquei a diferença.”

Adaptado de *The Star thrower* de Loren Eiseley

“**N**ão hesito em afirmar que tornar-me Tutora fez uma enorme diferença no meu percurso como docente no IST, abrindo-me uma ‘janela de expansão’ aliciante que continuo a explorar.”

Tutora de MEC

“**U**m docente motivado para o Programa de Tutorado pode sentir-se realizado com este programa, e a fronteira entre os sentimentos de realização e de frustração pode depender muito da sua atitude nas primeiras semanas do primeiro semestre.”

Tutor de MEMec



<https://www.youtube.com/watch?v=PPmK3hNcvAs>

ÍNDICE

1. APRESENTAÇÃO	4
2. OBJETIVOS	6
3. VANTAGENS EM SER TUTOR.....	7
4. FUNDAMENTAÇÃO.....	8
5. DO'S & DONT'S.....	12
6. ESTRATÉGIAS FACILITADORAS DA RELAÇÃO DOCENTE-ALUNO	17
7. A COMUNICAÇÃO COM O ALUNO	20
8. PROBLEMAS TÍPICOS.....	22
9. MATERIAL COMPLEMENTAR	28
10. EM FORMA DE CONCLUSÃO.....	32
11. SUGESTÕES DE LEITURA COMPLEMENTAR	33
12. ANEXOS.....	34
Anexo I. Programas de Formação para Docentes.....	34
Anexo II. Grelha de Desempenho	35
Anexo III. Programas de Formação para Discentes	36

1. APRESENTAÇÃO

O Tutorado é um programa de gestão do percurso académico dos estudantes. O trabalho de gestão académica ou de coaching é efetuado por Tutores (docentes do curso do aluno) que são responsáveis pelo acompanhamento de um grupo de estudantes durante os seus dois primeiros anos do curso.

O Tutorado tem como missão promover a integração e o sucesso académico do Estudante, suavizando o desfasamento existente entre o Ensino Secundário e o Ensino Superior. Ao apostar numa política de individualização do apoio prestado, o Tutorado assegura a formação de Tutores e garante o acompanhamento das práticas de Tutoria ao longo do ano letivo.

O Tutorado foi generalizado a todos os cursos do IST no ano letivo 2006/07, abrangendo todos os alunos do 1º e 2º ano. A atribuição dos tutorandos a cada tutor é realizada automaticamente pelo Fénix no momento em que o aluno se inscreve (Setembro), após indicação dos Tutores pelo Coordenador de Tutorado (Julho). Cada Tutor recebe 0,5 HSi por cada grupo de 15 tutorandos a seu cargo (conforme disposto no Regulamento de Avaliação de Desempenho dos Docentes do IST).

O Manual do Tutor é disponibilizado a todos os Tutores na página do Gabinete de Apoio ao Tutorado, juntamente com o link do sitio online onde se encontram todos os documentos entregues aos alunos do 1º ano (documentos informativos; Guia Académico do IST; Lista de serviços de apoio ao estudante – para onde pode encaminhar os seus tutorandos em caso de necessidade), e documentos de apoio exclusivo ao Tutor.

Na consulta do Manual do Tutor, chamamos a atenção aos tópicos: **Do's e Dont's**, Estratégias facilitadoras da relação Docente-Aluno, *Checklist* de atividades e **Problemas Típicos**.

O Manual, considerado como uma ferramenta de base necessária para o exercício das funções de Tutor, não dispensa no entanto a frequência das Formações para Docentes¹.

Deverá consultar regularmente a página do GATu (tutorado.tecnico.ulisboa.pt), para obter informações atualizadas sobre o Programa e para poder selecionar, ler e recomendar os **textos de apoio** relevantes para as dificuldades identificadas pelos estudantes (consulte a secção “Material Apoio”).

O Tutor pode esperar e recorrer a um apoio mais específico no âmbito do *coaching*. O *coaching* pretende ser uma resposta mais célere e em tempo útil às solicitações dos Tutores, e tem constituído um importante instrumento para monitorizar e **acompanhar de perto** as atividades do Tutorado e dos próprios Tutores. Estas atividades traduzem-se em:

- Contactos individualizados com o Tutor: telefónicos, por e-mail ou presenciais;
- Formação em técnicas de *coaching*: O que o *Coaching* pode fazer por si;
- Reuniões com um elemento do GATu, o Tutor e os Tutorando(s), com o objetivo de intervir em situações de maior complexidade – por exemplo, insucesso académico persistente;
- Produção e disponibilização de textos de apoio para Tutorandos com dificuldades específicas;
- Motivação dos Tutores para o Tutorado.

1 Anexo I – Programa de Formações para Docentes

Este apoio aos Tutores está a cargo da Coordenadora do GATu, a Dr.^a Isabel Gonçalves, que possui uma credenciação reconhecida pelo ICF (*International Coach Federation*), e dos elementos do GATu, que frequentaram o Workshop The Coaching Clinic©.

OBJETIVOS

O objetivo principal do Tutorado é proporcionar aos estudantes do 1º e 2º ano um acompanhamento personalizado e estruturado do seu percurso escolar, contribuindo para a definição de políticas e procedimentos suscetíveis de promover a qualidade do ensino e o sucesso académico.

Sucintamente, o Programa pretende alcançar os seguintes objetivos:

- Acompanhar o percurso académico dos estudantes;
- Apoiar a transição ensino secundário/ensino superior;
- Treinar competências transversais;
- Identificar precocemente situações de insucesso académico;
- Capacitar e orientar os estudantes de elevado rendimento académico;
- Apoiar as atividades ligadas à Coordenação dos Cursos;
- Promover as competências pedagógicas dos docentes;
- Contribuir para a melhoria da qualidade de ensino no IST.

VANTAGENS EM SER TUTOR

- Ajuda a gerir o percurso académico de estudantes do 1º ano, estando em contacto com o entusiasmo e energia dos novos estudantes;
- Contribui para a melhoria de estratégias pedagógicas e conseqüentemente para uma melhoria da docência;
- Contribui para a melhoria do ensino no IST ao beneficiar de um contacto mais próximo com as dificuldades sentidas pelos estudantes;
- Conta com apoio técnico por parte do GATu, gabinete especializado na intervenção ao nível do sucesso académico e formação pedagógica de Tutores;
- Passa a fazer parte de um grupo de colegas docentes no IST que partilham de preocupações semelhantes, usufruindo da troca de experiências pedagógicas;
- Recebe 0,5 HSi por cada grupo de 15 Tutorandos a seu cargo.

FUNDAMENTAÇÃO

Uma das principais consequências do Processo de Bolonha foi a mudança do modelo de organização pedagógica das Instituições de Ensino Superior na Europa que passou a ser baseado na obtenção de competências por parte dos estudantes e não na mera demonstração de apreensão dos conhecimentos lecionados. Tal obriga a que o estudante adquira uma postura mais proativa e autónoma no seu processo de aprendizagem.

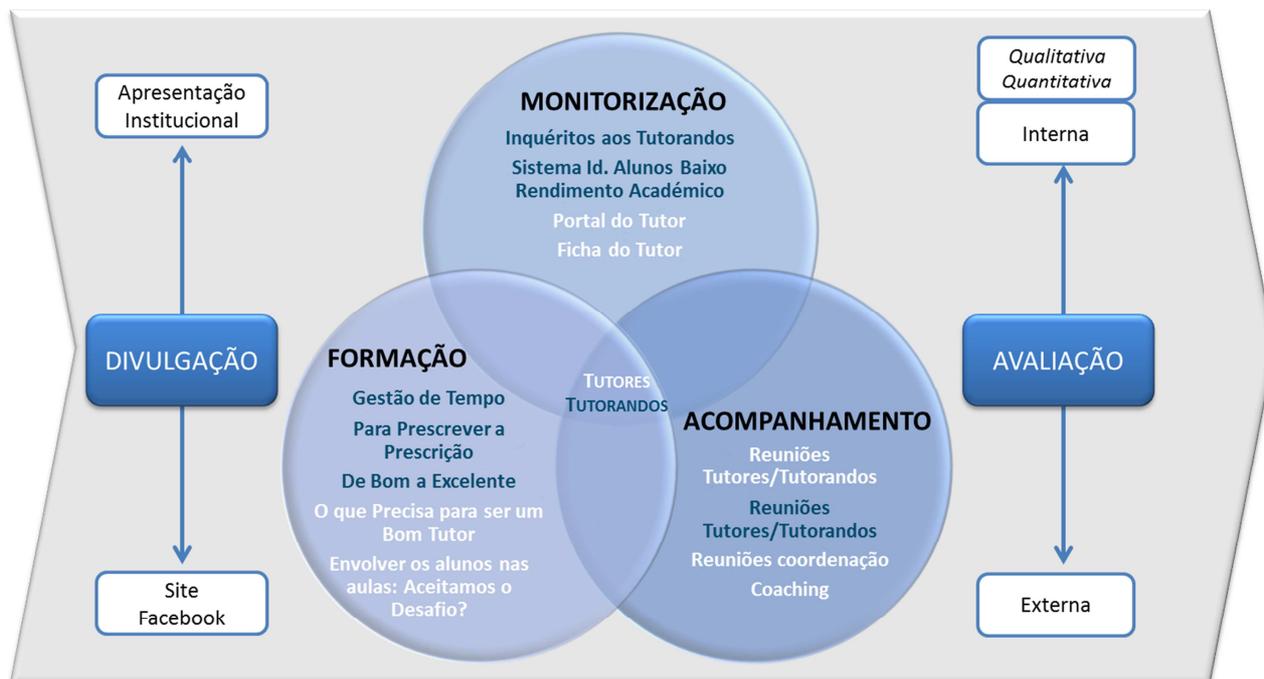
Esta mudança de paradigma vem **acentuar a discrepância existente entre o que se espera do estudante no ensino secundário e no ensino superior**, aumentando o desafio que representa esta transição no que diz respeito não só aos métodos de estudo e dinâmica de trabalho, mas também à complexidade curricular dos cursos do IST, e à diversidade de opções de formação no 2º ciclo que justificam uma orientação académica precoce e personalizada dos seus estudantes.

Ingressar na universidade exige a conquista de um espaço social, mas também a afirmação de uma mais-valia intelectual e pessoal através de atitudes e comportamentos positivos de trabalho e relacionamento. O que se verifica é que os estudantes muitas vezes não possuem as competências e recursos necessários para lidar com o seu papel de estudante no novo contexto, nem os conhecimentos de vida a que este obriga.

A institucionalização da figura do Tutor é fundamental na ponte que se pretende estabelecer entre os dois diferentes níveis de ensino, numa tentativa de criar um ambiente mais personalizado, que promova a participação ativa do estudante na sua própria aprendizagem.

Não se pretende que o Tutor tenha uma postura paternalista, mas pelo contrário, que estimule no estudante uma atitude de **responsabilização** pelo seu processo de aprendizagem e que promova o desenvolvimento de competências, atitudes e valores necessários para lidar com os desafios da sua vida universitária e mais tarde, da sua vida profissional.

O esquema seguinte permite perceber as várias valências do Programa, e permite ao Tutor perceber os momentos principais e as atividades desenvolvidas pelo GATu em cada ano letivo.



LISTA DE ATIVIDADES

1º Semestre do 1º Ano

1. Realizar a reunião de apresentação na tarde do dia em que os tutorandos se inscrevem no IST, e de acordo com o que a Coordenação de Curso definir. Nesta Reunião de Apresentação deverá/poderá apresentar o PowerPoint de Boas Vindas que se encontra na sua PEN, e que deverá personalizar com os seus contactos. Nesta reunião o tutor deve explicar muito bem as funções do tutor e da tutoria.
2. Realizar uma primeira reunião com os Tutorandos - individualmente ou em grupo - na primeira semana de aulas.
3. Na primeira reunião, o principal objetivo é ouvir os estudantes, permitir que se apresentem e falem dos seus objetivos e em que medida o IST pode contribuir para esses objetivos. Seguidamente, ouvir os estudantes a respeito das expectativas que têm para o Tutorado. É muito importante que cada aluno tenha alguns minutos para se apresentar e para se dar a conhecer.
4. O Tutor deve então, apresentar o Programa, salientando as responsabilidades do estudante – p. ex.: o estudante ficará responsável por contactar o Tutor quando sentir necessidade de reunir com o Tutor e deverá contactá-lo quando não puder comparecer às reuniões bem como justificar a sua ausência.
5. O Tutor deve dar aos estudantes uma breve explicação do seu papel, salientando a função de acompanhamento académico centrada nos objetivos acordados mutuamente, mas definidos pelo estudante, o que compreende a motivação, através do reforço pelo esforço e resultados positivos, bem como a definição de planos de recuperação no caso de resultados aquém dos objetivos. O Tutor auxilia ainda o estudante nas suas escolhas (p. ex.: de UC, áreas de estudo, saídas profissionais).
6. O Tutor deve disponibilizar um horário de atendimento para os seus Tutorandos e garantir que os estudantes têm forma de o contactar em caso de necessidade (os contactos do Tutor estão disponíveis no Fénix para o aluno).
7. O Tutor deve contactar todos os seus Tutorandos pelo menos três vezes – duas reuniões no início do semestre, e uma antes da época de exames, deixando sempre bem clara a agenda de cada reunião e as tarefas a realizar pelo estudante entre reuniões.
8. O Tutor deve mencionar e explorar/pesquisar junto dos estudantes as diferenças entre o ensino secundário e o ensino superior, explicitando a necessidade de desenvolver estratégias de estudo adequadas à nova realidade do estudante.
9. O Tutor deve promover explicitamente nos estudantes uma atitude proativa de responsabilização face ao processo de aprendizagem.
10. O Tutor deve motivar explicitamente os estudantes para participarem ativamente no Programa de Tutorado, por exemplo, deixando sempre agendada a próxima reunião.
11. O Tutor deve fazer uma avaliação global do seu grupo de Tutorandos no que respeita a: dificuldades sentidas pelos alunos e outras que possam ser condicionantes do rendimento

académico, recorrendo à consulta da Grelha de Desempenho² (disponível no Portal do Tutor, no Fénix).

12. A avaliação que o Tutor faz do seu grupo vai auxiliá-lo no preenchimento das Fichas do Tutor no 1º semestre (disponível no Portal do Tutor, Fénix).

2º Semestre do 1º Ano

1. Contatar todos os seus Tutorandos, pelo menos em três momentos distintos: início, no meio, e no fim do semestre.
2. Na primeira reunião, o objetivo principal será avaliar como correu o 1º semestre e quais as aprendizagens a extrair para o 2º semestre para que os desempenhos possam ser otimizados. A incluir: como foi feita a transição entre o ensino secundário e o ensino superior, regras intuídas sobre o que é necessário fazer para ser bem-sucedido no IST.
3. Ainda na primeira reunião, o Tutor deve promover uma autoavaliação por parte dos Tutorandos face aos objetivos traçados no 1º semestre (foram alcançados, superados, ou ficaram aquém? Porquê?), bem como traçar um novo plano de objetivos para o segundo semestre. O Tutor deve incentivar os estudantes a comparecer às avaliações contínuas e horários de dúvidas.
4. Na segunda reunião (a meio do 2º semestre, preferencialmente depois do período de testes) acompanhar-se-á o desenrolar do semestre, incidindo particularmente na necessidade de acompanhar as várias matérias regularmente (estudo paralelo e continuado); far-se-á ainda o planeamento da época de exames.
5. Continuar a garantir o horário de atendimento, assegurando-se de que os estudantes têm forma de contactar o Tutor em caso de necessidade.
6. Promover explicitamente nos estudantes uma atitude proativa de responsabilização face ao processo de aprendizagem.
7. O Tutor deve obter uma avaliação global do seu grupo no que respeita a: dificuldades académicas sentidas durante o segundo semestre ou outras dificuldades que possam ser impeditivas do rendimento académico, recorrendo à consulta da Grelha de Desempenho (disponível no Portal do Tutor, no Fénix).
8. A avaliação que o Tutor faz do seu grupo vai auxiliá-lo no preenchimento das Fichas do Tutor no 2º semestre (disponível no Portal do Tutor, Fénix).
9. O Tutor deve deixar, na última reunião do 1º ano, pré-agendada a 1ª reunião do 2º ano, explicitando claramente que o importante é que o aluno persista em tentar melhorar o seu sucesso académico, sendo o Tutor o seu interlocutor privilegiado para isso.
10. Contactar o GATu (tutorado@tecnico.ulisboa.pt) sempre que se verificarem problemas relativos aos seus Tutorandos ou que estes lhe apresentem questões para as quais sente não ter resposta (aluno deslocado, dificuldades no contacto, problemas de assiduidade às reuniões).

² Anexo IV – Grelha de Desempenho

LINHA DO TEMPO

2015	
Identificação dos Tutores do 1º ano para o ano Letivo 2014/2015	Jun
Lembrete\Email 1ª reunião com os Tutorandos 1º e 2º anos	Set
1ª reunião com os Tutorandos: apresentação e entrega da pen.	Out
2ª reunião com os Tutorandos: ponto de situação	Nov
	Dez
3ª reunião com os Tutorandos: preparação para a época de exames	
Lembrete\Email 2ª reunião com os Tutorandos 2º ano	
	2016
	Jan
Preenchimento da Ficha do Tutor do 1º Semestre, no Fénix	Fev
4ª reunião com os Tutorandos: balanço do 1º semestre, e reajuste das estratégias de estudo/ redefinição de objetivos caso necessário	Mar
5ª reunião com os Tutorandos: preparação para os exames	Abr
6ª reunião com os Tutorandos: balanço do 1º ano e preparação do novo ano lectivo	Mai
	Jun
Preenchimento da Ficha do Tutor 2º semestre	Jul
	Set

Reunião com o GATu, Conselho Pedagógico e Coordenadores de Curso

Entrega pelo GATu do "Pack do Tutor"

Formações para Tutores e Docentes

Lembrete\Email 2ª reunião com os Tutorandos

Formações para Tutores e Docentes

Início das Atividades de Coaching aos Tutores—acompanhamento 1º semestre

Formações para Tutores e Docentes

Lembrete\Email 3ª reunião com os Tutorandos

Formações para Tutores e Docentes

Formações para Tutores e Docentes

Lembrete\Email 4ª reunião com os Tutorandos 1º ano

Lembrete\Email 3º contacto com os Tutorandos 2º ano

Lembrete\Email 5ª reunião com os Tutorandos 1º ano

Início das atividades de *coaching* aos tutores—acompanhamento 2º semestre

Lembrete\Email 6ª reunião com os Tutorandos 1º ano

Lembrete\Email 4ª contacto com os Tutorandos 2º ano

Formações para Tutores e Docentes

O que se espera de um Tutor

1. Que **monitorize o progresso académico** dos estudantes (quer através da consulta da Grelha de Desempenho, quer solicitando informação diretamente junto dos seus Tutorandos, em função dos resultados académicos obtidos ao longo do semestre), dando-lhes feedback apropriado, numa lógica de responsabilização do aluno pelo seu percurso académico (i.e. espera-se que o aluno peça ajuda quando tem resultados abaixo do esperado ou quando sente dificuldades numa UC).
2. Que **facilite a integração** do aluno do 1º ano no IST, nomeadamente no que à sua integração no curso diz respeito (i. e. ajudá-los a “sentirem-se em casa”, a “vestirem a camisola”).
3. Que **motive** o estudante e contenha a sua ansiedade, por intermédio da validação das dificuldades inerentes à integração no IST (salientando, p. ex. as diferenças entre o ensino secundário e o superior) e do reforço positivo (elogio) face aos resultados positivos entretanto alcançados e face ao esforço e persistência do aluno.
4. Que permaneça **disponível** para o esclarecimento de dúvidas do aluno, sempre que este tenha dificuldades, nomeadamente no que se refere ao aconselhamento e definição dos planos de estudos (i.e. escolha de disciplinas, área de estudo). A importância de ajudar o aluno a definir objetivos **realistas** para o semestre e para o ano letivo nunca será suficientemente realçada.
5. Que **diagnostique dificuldades e encaminhe o estudante**, sempre que necessário para estruturas de apoio específicas, como o SMAP ou o NAPE.
6. Que **mantenha um registo dos contactos** com o aluno, realizados ao longo do ano letivo, que lhe permita preencher as Fichas do Tutor no final de ambos os semestres.

O que não se deve esperar

O papel do docente é essencialmente preventivo. Não se espera que o docente assuma responsabilidade pessoal pela resolução dos problemas do estudante – i.e. não se espera que se substitua ao papel dos pais ou de um psicólogo.

É essencial que o docente se ponha ao serviço das necessidades do estudante, mas que o deixe a ele com a responsabilidade de solicitar a ajuda de que precisa (naturalmente depois de se certificar de que o estudante percebe a sua real disponibilidade e que tipo de ajuda pode obter).

Acompanhamento dos Alunos

A cada docente é atribuído um grupo de estudantes, que varia em número de acordo com as características específicas de cada Curso. Estes alunos aparecem identificados na área de tutoria do Tutor a partir do momento em que se inscrevem no IST. Os resultados académicos dos alunos podem ser analisados consultando a Grelha de Desempenho no final de cada semestre (ou antes disso, por contato direto com o aluno). O Tutor deve atuar de acordo com as indicações menos positivas do desempenho escolar do aluno.

Assim, e sempre que se verifique uma taxa de aprovação nas UC do semestre anterior inferior a 50%, deverá ser planeada uma intervenção adequada, nomeadamente através da marcação de uma reunião. Após a realização da reunião, o Tutor poderá encaminhar o aluno para o GATu, caso considere necessário.

Outras formas de apoio aos estudantes com baixo rendimento académico incluem a possibilidade de inscrição no Workshop “Para Prescrever a Prescrição” (destinado a alunos com rendimento inferior a 50%) composto por 4 Sessões de periodicidade semanal, de 2 horas cada, subordinadas aos seguintes temas: Motivação para a Aprendizagem, Organização de Estudo, Gestão de Tempo, Trabalho por Objetivos, aproveitar ao máximo os momentos de aprendizagem e ainda o planeamento da Época de Exames, ou ainda a inscrição nos Workshops dedicados aos alunos do 1º ano: Gestão de Tempo e Trabalho em Equipa, Workshops com a duração de 1h30m³.

³ A lista e descrição da totalidade de workshops disponíveis para os alunos do IST encontra-se no Anexo VII – Programa de Workshops para Alunos.

O Portal do Tutor foi criado com o objetivo de facilitar o trabalho do Tutor, pretendendo ser uma ferramenta de apoio às atividades de Tutoria, que deverá ser complementada com consultas regulares ao separador do Tutor na página do GATu.

No Portal encontrará toda a informação relativa aos seus tutorandos, e na página encontrará informações, textos e atividades que poderá recomendar aos seus Tutorandos, mediante as suas necessidades.

Este documento resume as principais funcionalidades e pretende ser um ponto de partida para os novos utilizadores. Qualquer questão ou dúvida relativa ao funcionamento do Portal do Tutor envie-a para tutorado@tecnico.ulisboa.pt.

Aceder ao Portal do Tutor

Poderá aceder ao Portal do Tutor após autenticação no Fénix, entrando primeiro no separador **Docência**, e posteriormente no separador lateral intitulado **Administração de Tutoria**.



Fig. I - Aspeto geral do Portal da Docência, através do qual se acede ao Portal do Tutor.

Funcionalidades disponíveis na Administração de Tutoria

O Portal do Tutor permitir-lhe-á acompanhar e comunicar com o seu grupo de tutorandos. É uma ferramenta de gestão, e de monitorização fundamental para a sua atividade enquanto Tutor.

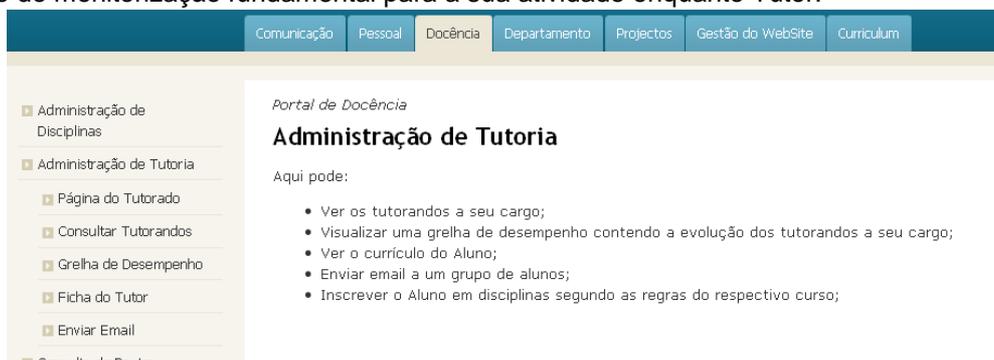


Fig. II - Aspeto geral do Portal do Tutor – Administração de Tutoria

Página do Tutorado: *link* direto para o sítio do GATu – Gabinete de Apoio ao Programa de Tutorado.

Consultar Tutorandos: aqui encontrará a Lista de todos os seus Tutorandos. As listas encontram-se divididas entre Tutorias Ativas e Inativas, as primeiras correspondem às tutorias atuais, e as segundas àquelas que já terminaram. Nesta Lista constam os seguintes elementos: N^o de aluno; Nome; Ano de Ingresso; Curso; N^o de Telefone; Indicação se o Aluno é ou não deslocado; E-mail.

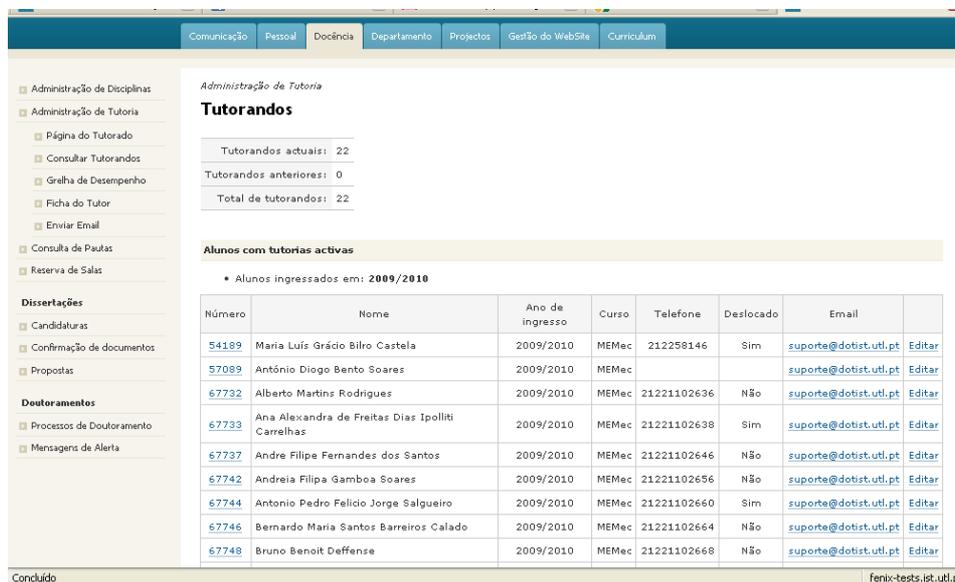


Fig. III - Aspeto geral do separador Consultar Tutorandos.

Grelha de Desempenho: aqui encontrará o resumo do Desempenho Académico dos seus Tutorandos, Ativos e Inativos (apenas têm Tutorandos Inativos os Tutores que já desempenharam funções de Tutoria noutros anos letivos). Encontra também as estatísticas referentes ao aproveitamento da totalidade dos seus tutorandos, bem como dos restantes alunos do IST que ingressaram nesse ano letivo. A informação disponibilizada neste separador permite-lhe monitorizar o rendimento académico dos alunos.

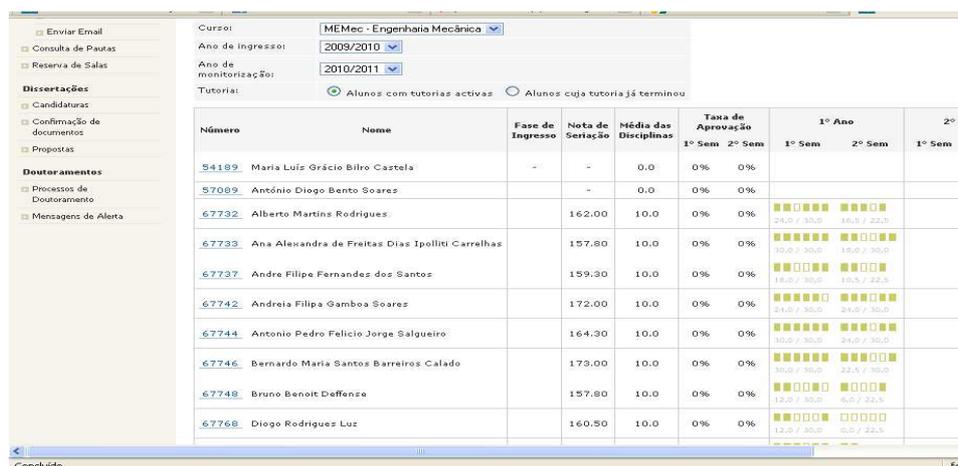


Fig. IV - Aspeto parcial do separador Grelha de Desempenho.

Ficha do Tutor: no final de cada semestre terá que preencher esta Ficha, onde resumirá as atividades que desenvolveu com os seus Tutorandos. A Ficha será ativada pelo Programa de Tutorado, e **deverá preenchê-la num período determinado**, que é semestralmente indicado pelo GATu.

Enviar e-mail: este separador permite-lhe enviar e-mails diretamente para a totalidade, ou apenas para alguns dos seus Tutorandos.

PORTAL DO TUTORANDO

O aluno tem também acesso ao Portal do Tutorando, que apresenta as seguintes funcionalidades:

- Nome e contactos do respetivo Tutor;
- *Link* para aceder à página do GATu;
- Representação gráfica do seu currículo académico (equivalente à Grelha de Desempenho) e do seu rendimento académico, que permite ver a proporção em cada semestre de UC realizadas face às inscritas.

O aluno nem sempre conhece, no início da sua permanência no IST, estas potencialidades do Portal do Tutorando – o Tutor pode, logo no início dos seus contactos com o aluno, alertá-lo para estas e outras características das páginas do IST (nomeadamente exemplificando-as pessoalmente).

ESTRATÉGIAS FACILITADORAS DA RELAÇÃO DOCENTE-ALUNO

O sucesso do Programa de Tutorado assenta na possibilidade de se estabelecer uma boa aliança entre o docente e o(s) estudante(s) logo nos primeiros dias do 1º semestre, lançando as bases nesse encontro para o trabalho a fazer ao longo dos próximos anos letivos (nalguns casos de tutoria particularmente bem sucedida esta relação prolonga-se para lá do 2º ano). A qualidade dessa aliança depende essencialmente de três aspetos:

- do grau de acordo alcançado entre ambos relativamente aos **objetivos** do acompanhamento do(s) estudante(s) pelo docente;
- do grau de acordo alcançado relativamente às **tarefas/responsabilidades** de cada um;
- da qualidade do **laço** que se estabelecer entre os dois (componente afetivo).

O estabelecimento desta "aliança" é fulcral para o sucesso deste Programa, pelo que o contacto inicial com o estudante se reveste de particular importância. Assim, **a responsabilidade pelo contacto inicial com o estudante é do docente**. Nos casos em que o docente verificar que os estudantes não respondem aos contactos por *e-mail*, **poderão articular-se com um docente do 1º ano de modo a agendarem a reunião diretamente com os estudantes**. Ao assegurar-se de que os alunos o conhecem pessoalmente neste contato inicial, o Tutor também pode acordar com os estudantes qual a melhor forma de contato daí em diante (muitos formatos são possíveis e nem sempre o e-mail se revela o melhor).

O que deve fazer

- O docente deverá mostrar-se **disponível** para servir as necessidades do estudante e da instituição, para falar do que parece ser importante para ele (desde que no âmbito dos objetivos do Tutorado, naturalmente);
- O docente deve inteirar-se, junto do estudante, das suas **anteriores experiências académicas**, não se esquecendo de identificar: sucessos, insucessos, dificuldades académicas ou pessoais conhecidas que possam trazer qualquer tipo de impedimento ao rendimento académico;
- O docente poderá e deverá promover no estudante uma atitude proactiva em relação ao seu próprio processo de aprendizagem, ajudando-o a definir os seus objetivos pessoais, a **identificar os seus recursos e dificuldades** e a planear a aquisição de novas competências, se necessário;
- O docente deverá ter uma postura de **respeito e aceitação** em relação ao estudante, i.e. deve evitar os juízos de valor e os preconceitos, o que não significa que goste ou aprove tudo o que o estudante faz;
- O docente deverá referir-se, sempre que apropriado, e de modo tentativo (por oposição a taxativo) ao modo como o estudante lhe parece, do ponto de vista emocional (preocupado, triste, zangado, envergonhado, assustado, contente, etc.) – ex: "Parece um bocado assustado com a perspectiva de perder o ano" ou "Estou a ver que o entristece muito não ser já o bom aluno que era no secundário" - este procedimento, usualmente designado por "**empatia**", reforça a qualidade da interação, permitindo um aumento da confiança do estudante no docente (componente "laço");
- O docente deve procurar ser **genuíno**, i.e. deve relacionar-se com o estudante como uma pessoa "real" e não procurar disfarçar o que pensa ou sente a respeito de uma dada situação; sempre que

apropriado, o docente pode partilhar brevemente situações semelhantes às vivenciadas pelo(s) estudante(s) - vividas por si (enquanto estudante) ou por outros que lhes são próximos (ex: ex-colegas ou atuais alunos, sem referenciar nomes);

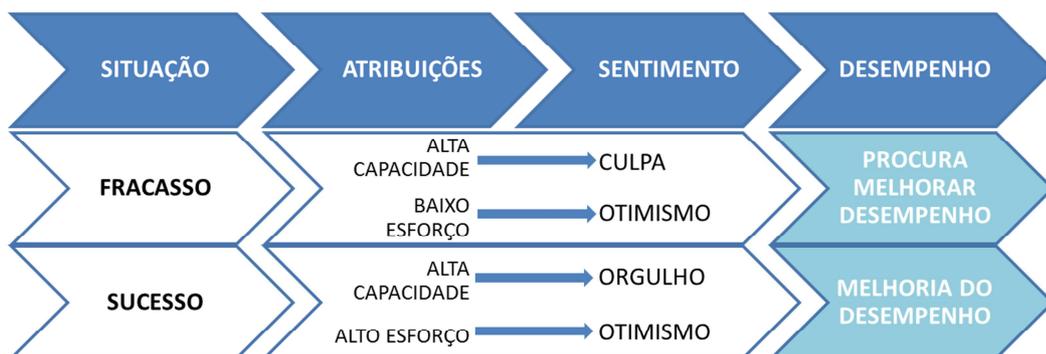
- Às vezes os estudantes não sabem ao certo o que os preocupa, o Tutor pode **encorajá-los a falar** sobre o que sentem (consigo ou com alguém, profissional ou não), sobretudo se lhe parecerem tristes ou deprimidos; contudo, se o estudante não conseguir explicar o que tem, ou o que o preocupa, o melhor será encaminhar a situação para o GATu;
- O Tutor deve pôr o aluno à vontade para falar sobre as situações de insucesso, ajudando-o a compreender que o **único erro é persistir no erro** e ainda que o insucesso pode (e deve) ser encarado acima de tudo como uma experiência de aprendizagem.

O que não deve fazer

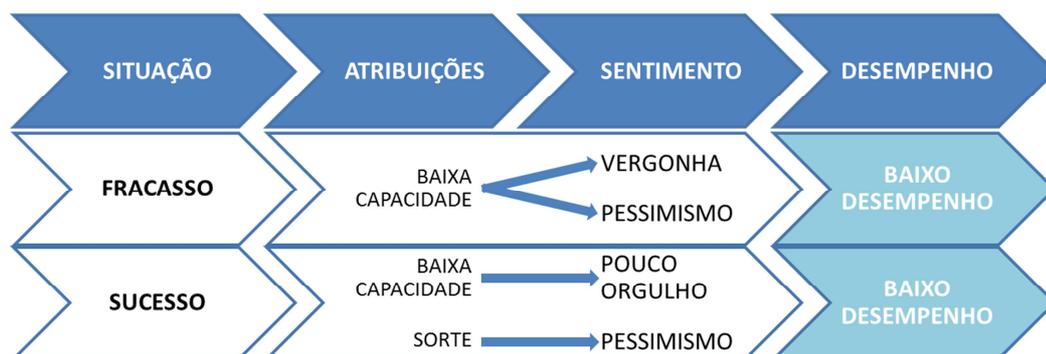
- O docente deve procurar não evidenciar o seu papel/posição/estatuto;
- O docente deve procurar não comentar com outros colegas (docentes) ou com outros estudantes o que soube no âmbito do Tutorado, nem no que se refere ao desempenho académico dos estudantes, nem sobre as eventuais razões para o insucesso dos mesmos (e deve informar os Tutorandos sobre este procedimento) – confidencialidade;
- O docente deve procurar não faltar aos compromissos que assumir com os estudantes, quer em termos de pontualidade, quer em termos da periodicidade dos encontros;
- O docente deve evitar analisar/julgar o estudante partindo do seu próprio quadro de referências, preferindo tentar entender o quadro de referências do estudante;
- O docente deve evitar pressionar o estudante no sentido da mudança de comportamentos, preferindo trabalhar com o estudante as vantagens e as desvantagens de não o fazer;
- **Nota Importante:** Os insucessos constituem, habitualmente, uma grande fonte de desmotivação e desesperança para os alunos e para os docentes. Se o Tutor conseguir manter a esperança e a motivação, é muito mais provável que possa auxiliar o estudante a persistir face ao insucesso e a manter a esperança de voltar a obter bons resultados.

A diferença entre o aluno 'orientado para o sucesso' e o aluno 'orientado para o fracasso' é breve, e depende apenas da confiança que o aluno pode (ou não) ter nas suas capacidades. Como poderá verificar pelos dois quadros exemplificativos que se seguem a crença inabalável do Tutor nas capacidades do Tutorando pode fazer a diferença!

ESTUDANTE ORIENTADO PARA O SUCESSO



ESTUDANTE ORIENTADO PARA O FRACASSO



“Quanto à iniciativa sou 100% a favor visto que eu participei e fui muito bem recebido e foi-me posta a possibilidade de desfazer as dúvidas que tinha sobre certas coisas do curso e da universidade. Acho que é uma iniciativa muito positiva para os alunos, principalmente do primeiro ano pois ajuda-os muito na sua adaptação ao novo ensino. Obrigado.”

Miguel D. V. Júlio (LEIC-A)

“Que surpresa, estou um pouco afastado do técnico e da vida académica.

Fico muito surpreendido com a missão do programa, não vi em detalhe mas ainda bem que esta grande organização tem um programa como este em marcha.

Faz muita falta e vem ao encontro das expectativas dos alunos, que como eu costumo dizer são o elo mais fraco da cadeia!”

Alexandre Barroso (ex-aluno)

“Aqui vai o meu testemunho em relação ao tutorado. É com grande felicidade que faço parte deste programa de tutorado. Há sem dúvida uma maior disponibilidade de informação acerca do meu curso através deste programa, bem como uma grande disponibilidade do tutor para nos ouvir a qualquer altura e em qualquer situação em relação a qualquer assunto. É sem dúvida extremamente importante ter alguém que nos guie no nosso percurso universitário.”

Pedro Teixeira (MEMEc)

A COMUNICAÇÃO COM O ALUNO

Existem outros aspetos relativos à facilitação da comunicação docente-estudante que nos pareceu útil recordar, ainda que a maior parte deles sejam bastante simples e até intuitivos. A maioria das sugestões que organizámos partem do contexto “reuniões de grupo”, contudo é sempre vantajoso abrir disponibilidade para a realização de reuniões individuais, onde sabemos que os alunos são mais capazes de expor as suas dificuldades individuais. Um texto de apoio muito usado pelos docentes neste trabalho mais individualizado encontra-se na página do GATu.

O que deve fazer

- No início de qualquer contacto com os estudantes, cumprimente-os e no final despeça-se, de preferência com um aperto de mão ou qualquer tipo de contacto físico que julgue apropriado;
- Procure conhecer os estudantes pelo seu **nome próprio** tão depressa quanto possível;
- Prefira falar com o(s) estudante(s) numa sala onde dificilmente possam ser interrompidos por telefonemas (*não se esqueça de verificar, por exemplo, se todos desligaram os telemóveis*) ou pessoas, e onde a **confidencialidade** possa ser assegurada⁴;
- Use a **comunicação não-verbal** para expressar a sua atenção e interesse – estabeleça contacto “olhos nos olhos”, sente-se confortavelmente, respire tranquilamente;
- Procure **falar na primeira pessoa** – “parece-me que”, “eu provavelmente faria...” – expressando as suas preferências ou opiniões de forma clara e direta;
- Procure ser **breve e específico** no seu discurso;
- Procure fazer um discurso “pela positiva”, **elogiando** o comportamento dos estudantes sempre que apropriado;
- Procure **ouvir atentamente**, dando sinais de *feedback* para o estudante, indicando que está a ouvi-lo;
- Se necessário, **sumarie** o essencial do que ouviu do estudante antes de lhe responder – por vezes ouvimos o que queremos ouvir e por vezes o interlocutor (*sobretudo se está confuso relativamente a uma dada questão*) não se expressa de forma adequada; estes breves sumários podem contribuir para clarificar equívocos antes de estes causarem “mossa” ;
- Prefira **questões abertas, exploratórias** (“o que quer dizer com...”, “o que pensa de...”), a questões fechadas, que apelam a uma resposta do tipo “sim” ou “não”. As boas perguntas são o instrumento de comunicação mais poderoso de que o Tutor dispõe;
- Quando iniciar um encontro/reunião com o (s) estudante (s) que está a acompanhar, **seja específico a respeito do período de tempo que tem disponível** para esse encontro (*meia-hora, uma hora*) e cumpra esse limite de tempo. Antes de agendar as reuniões com os seus Tutorandos procure **compatibilizar os seus horários com os horários dos estudantes**;

⁴ Nalguns casos pode ser útil que a Coordenação de Curso disponibilize um espaço específico para a realização destas reuniões; noutros casos, os Tutores poderão preferir receber os estudantes no seu gabinete.

- Termine a reunião numa nota **positiva**, recapitulando as tarefas entre reuniões e recordando a data do próximo encontro;
- Assuma claramente uma **posição de direcionamento** quando for caso disso, sem ser autoritário;
- **Nota importante:** na página do GATu encontra-se o texto “Saber dar e receber feedback” que aprofunda alguns destes aspetos de forma clara e resumida.

O que não deve fazer

- Não deixe “em aberto” a sua disponibilidade – i.e. **informe os estudantes claramente de quando e como estará disponível** para eles (dias da semana, horas preferenciais, forma de contacto) ;
- Evite a **comunicação não-verbal vaga e negativa:** aproximar-se ou afastar-se demasiado do seu interlocutor, pôr as mãos nos bolsos, cruzar os braços com firmeza;
- Se puder, evite falar com o estudante com uma secretária enorme entre vós, que vai fomentar um grande distanciamento e vai acentuar as diferenças de estatuto, **prefira um arranjo espacial mais “paritário”**;
- **Evite uma relação excessivamente informal** – o estudante apreciará um docente com quem se sente à vontade, mas que não “abriu mão” do seu papel;
- **Evite interromper** o estudante enquanto ele estiver a falar, sobretudo se lhe parecer que essa comunicação tem forte “carga emocional”;
- **Não use termos vagos, generalistas ou imutáveis** (i.e. rótulos) para descrever o comportamento do estudante;
- **Não use estratégias indiretas** ou inapropriadas para obter as soluções que deseja, ou julga mais adequadas, para resolver os problemas do estudante: não tente obter a solução fazendo-o sentir-se culpado ou inadequado, não use avisos (implícitos ou explícitos), ameaças ou ultimatoss como forma de forçar o estudante a implementar uma dada solução. Os estudantes temem ‘levar na cabeça’, procure tranquiliza-los, deixando claro que esse não é o seu papel;
- **Evite um discurso pela negativa**, com muitas afirmações extremadas do tipo “sempre” ou “nunca”;
- Não elogie o comportamento de um estudante se esse elogio não for sincero, o estudante vai perceber e isso vai afetar a **confiança** dele em si. Contudo, lembre-se que se não tiver nada para elogiar num dado estudante, isso é estranho, e pergunte-se porque será que isso acontece;
- **Procure não ser defensivo** nem contra-atacar se um estudante o criticar a si, a algum colega seu, ao curso ou ao próprio IST;
- **Nota importante:** cada tutor é Tutor à sua maneira, e está certo, porque o estilo de cada um imprime um cunho pessoal à tutoria. Estas indicações gerais devem pois ser seguidas no respeito por esse estilo, desde que também no respeito pela pessoa do aluno, regra essencial ao funcionamento da Tutoria.

O estudante que não se consegue contactar

No início de cada ano letivo, o Tutor fica de imediato com os contactos do estudante (tipicamente e-mail, telemóvel, telefone fixo ou morada, conforme os casos). Contudo, alguns estudantes não conseguem estar contactáveis por nenhum destes meios. O Tutor deve tentar o contacto durante três semanas, aproximadamente. Se ao fim deste período não conseguir contactar o estudante, o Tutor pode ainda tentar recolher alguma informação junto do Delegado de Ano, que por norma, são alunos disponíveis e com informação privilegiada sobre os colegas (em cursos de dimensões mais reduzidas os Tutores contactam, por vezes, os estudantes diretamente nas salas de aula). Se o Tutor, após estas tentativas, não conseguir entrar em contacto com o estudante deve informar a equipa do GATu - tutorado@tecnico.ulisboa.pt.

O estudante que aparece à 1ª reunião e depois começa a faltar

Quanto mais variação houver na presença de elementos do grupo de Tutorandos de cada Tutor, menor a probabilidade de que se venha a constituir um grupo, o que tornará mais limitado o âmbito do Programa. **É importante que todos estejam presentes.** Nunca é demais lembrá-lo. O docente, como sempre, servirá de modelo.

Quanto melhor for a reunião, mais facilmente os seus elementos comparecerão às seguintes, pelo que **o absentismo pode ser encarado como um sinal de insatisfação** dos Tutorandos.

Se algum estudante tiver de faltar mesmo (é raro acontecerem impedimentos realmente válidos), espera-se que contacte o Tutor para o avisar dessa falta com a devida antecedência. Se o estudante faltar, sem aviso, a mais de uma reunião, poderá ser contactado pelo docente, quer para averiguar das razões para essa falta, quer para avaliar do cumprimento dos objetivos de trabalho com que se comprometeu (se for caso disso). **É comum faltar para evadir o incumprimento de uma tarefa.** Se a razão para a falta (sobretudo se não avisada previamente) não parecer válida ao docente, este deve mencionar a sua opinião a esse respeito SEM PUNIR.

Se houver **incumprimento repetido**, o Tutor poderá agendar uma reunião individual com o Tutorando, com o claro objetivo de averiguar da vontade de o estudante permanecer no Programa. A uma nova falta do mesmo elemento não deve seguir-se mais nenhum contacto por parte do docente, que deverá informar a equipa do GATu.

Não é demais lembrar que este programa é um recurso que é oferecido ao aluno, e que é responsabilidade dele (e não do docente) o seu usufruto.

O estudante que quer abandonar o IST/ensino superior

A **perca de um elemento cria uma enorme pressão sobre o grupo**, que poderá sentir um acentuado decréscimo ao nível da cooperação entre os elementos ou um acentuado aumento dos níveis de conflito (efeito de contaminação), pelo que é muito importante estabelecer a regra, desde o início, de que o elemento que parte deve despedir-se do Tutor e dos colegas, apresentando, se possível, as suas razões para ir embora. Devem evitar-se situações de culpabilização ou crítica não-constructiva.

Se o estudante manifesta vontade de abandonar o IST e não apenas o Programa, a equipa do GATu deve ser avisada, e o estudante contactado no sentido de poder esperar um contacto por parte do Tutor ou da Coordenação. Estes estudantes não serão “convencidos” a ficar; contudo é importante para eles e para a instituição que as razões do abandono possam ser avaliadas e o processo de abandono acompanhado, tanto quanto possível.

O estudante que é integrado num grupo de tutorandos pré-existente

Quando um elemento do grupo parte, quando um estudante ficou sem Tutor ou nunca teve um, a questão da entrada tardia de um novo elemento para um grupo pré-existente acaba por se colocar e mais uma vez se pode prever alguma perturbação no funcionamento do grupo.

O novo estudante deve ser apresentado ao restante grupo de Tutorandos numa reunião de grupo na qual deverá ficar a par do que já foi anteriormente realizado.

Se quem é substituído é o docente, é necessário contar com o docente mais “antigo” para “passar a pasta”, sendo que o “substituto” fará melhor em não fazer (quase) nada no início: ouvir atentamente, questionar e deixar claro que respeita o seu antecessor e o valor da equipa que “lhe caiu em sorte”.

O estudante que está com dificuldades pessoais

O docente pode ter de lidar, ocasionalmente, com situações de crise pessoal ou académica dos estudantes (p.ex. doença de familiar ou do próprio, complicações no relacionamento amoroso ou familiar, dificuldades económicas). Um primeiro aspeto que gostaríamos de salvaguardar: se um estudante verdadeiramente confiar no docente, **é provável que o procure numa situação de crise aguda** e esse seria um **critério excelente de que o docente estaria a cumprir com mestria as suas funções**. Numa situação de crise, o estudante poderá apresentar tipicamente um de três comportamentos que geralmente são bastante perturbadores para o seu interlocutor:

- Chorar;
- Gritar/zangar-se;
- Entrar em pânico.

Qualquer destes comportamentos é, por assim dizer, normal numa situação de crise e deve ser encarado com uma certa tranquilidade (a que for possível) por parte do docente que, acima de tudo, deve **evitar emitir juízos de valor** que só iriam agravar a crise (do tipo “controle-se ou “já viu a figura que está a fazer?”). Qualquer ação da parte do Tutor só deve ser tomada (a menos que exista perigo para a sua integridade física, para a do estudante ou para terceiros) depois desta “explosão emocional” estar debelada.

Assim,

1. Deve **munir-se previamente da informação** relativa aos recursos que estão disponíveis para lidar com uma situação deste tipo (SMAP, GATu), reconhecendo os limites da sua capacidade de atuação;
2. Procure **conter a sua própria ansiedade**, agindo calmamente, de modo a comunicar segurança ao estudante;

3. **Oiça e observe** com atenção o que está a passar-se, procurando entender o ponto de vista do estudante (mesmo que lhe pareçam mais óbvios os pontos de vista de terceiros “envolvidos na narrativa” – pais ou colegas seus, por exemplo);
4. Auxilie o estudante a **recuperar o controlo**, verificando os seus suportes sociais (amigos, colegas, pais) e assegurando-se que o estudante sai da situação em segurança; marque com o estudante uma nova hora para fazer um “*follow-up*” da situação e preparar-se para enfrentar uma situação de alguma vergonha por parte do estudante (liberte o estudante desse “peso”, assegurando-lhe que em situações de crise por vezes as pessoas perdem as “estribeiras”);
5. Procure perceber se o estudante poderá precisar de **ajuda profissional**, e nesse caso reencaminhe-o para o serviço adequado (em caso de dúvida, contacte esses serviços: <http://smap.tecnico.ulisboa.pt/>).

Comportamentos que poderão exigir uma intervenção profissional na área da psicologia

- Comportamentos alimentares extremos e/ou alterações de peso demasiado bruscas;
- Uso prolongado de álcool e/ou drogas;
- Solidão e isolamento social;
- Problemas económicos e/ou dívidas de jogo;
- Comportamentos súbitos e incaracterísticos para o estudante: violência ou resultados académicos muito baixos;
- Insónia persistente ou padrões de sono muito irregulares;
- Alterações de humor bruscas e acentuadas;
- Ansiedades relativas à identidade sexual ou à sexualidade em geral;
- Alucinações ou ideias paranóides (sobretudo se o estudante não tem noção de que o são) ;
- Ideação suicida (leve a sério todos os comportamentos que poderão indiciar a presença de ideação suicida, inclusive as piadas);
- Comportamentos de automutilação ou tentativas de suicídio anteriores;
- Abuso da Internet.

Acontecimentos que podem originar preocupação e exigir, eventualmente, uma intervenção profissional

- Perda recente de uma pessoa significativa (luto), sobretudo se a morte foi súbita, se se trata de pais, irmãos, avós ou namorados/as, e se foi suicídio;
- Insucesso académico marcado;

- Término de uma relação significativa;
- História de doença mental na família;
- História de violência na família;
- História de abuso sexual.

O estudante que apresenta dificuldades académicas

O Tutor poderá ser confrontado com um estudante (por assim dizer, “alvo privilegiado” deste Programa de Tutorado) com dificuldades académicas persistentes, desmotivação ou mesmo negligência em relação às suas responsabilidades como estudante. **A situação poderá ser particularmente difícil se o estudante não reconhecer que o seu comportamento é problemático, se não aceitar ajuda, se não acreditar que pode ser ajudado ou ainda se o próprio Tutor não souber o que fazer** e assim se sentir desmotivado ante a perspectiva de acompanhar um “mau” aluno ao longo do seu percurso no IST (alguns Tutores dizem-nos “fui sempre bom aluno, os meus amigos eram todos bons alunos... não sei o que fazer em relação a um aluno fraco”).

Adicionalmente, nem sempre é fácil perceber se um dado estudante é “recuperável”, isto é, se apesar dos fracos resultados académicos, não pensa desistir e se poderá com algum apoio mas sem excesso de proteção, “entrar nos eixos”.

Comportamentos académicos que podem/devem gerar preocupação

- Baixo rendimento (em teste, exames e trabalhos práticos);
- Fraca pontualidade e/ou assiduidade às aulas;
- Dificuldade extrema em entregar trabalho e /ou cumprir prazos;
- Preocupação intensa com o rendimento académico, a um ponto em que parece que nada mais existe para o estudante;
- Atitude de grande negligência e despreocupação (aparentes) em relação ao IST em geral ou ao rendimento académico em particular;
- Atitude de crítica excessiva (sobretudo se infundada) em relação ao IST, aos métodos de ensino, aos docentes ou ao curso;
- Medo intenso de falhar ou vergonha acentuada por ter falhado;
- Ansiedade às avaliações, intensa e impeditiva de um rendimento académico compatível com os conhecimentos adquiridos;
- Sentimento de inferioridade em relação aos outros estudantes;
- Desmotivação académica acentuada e/ou prolongada;

- Problemas acentuados e/ou prolongados de concentração, memória ou de competências de organização do estudo;
- Dificuldades marcadas com a escrita e/ou com a leitura;
- Atitude “oca” de motivação associada a adiamentos sistemáticos (procrastinação).

Quando o Tutor identificar um estudante com estas características, deve informar a equipa do GATu do mesmo, para que se possam pensar estratégias de intervenção rápidas e apropriadas a cada caso, de entre as quais podemos explicitar: inscrição do estudante num dos workshops para alunos, nomeadamente o “Para fazer Prescrever a Prescrição”, realização de reuniões com o Tutor e com técnicos do Programa de Tutorado. Nos estudantes que se enquadrem nesta situação, o acompanhamento pode ser feito pelo Tutor, recorrendo a alguns materiais de apoio disponíveis na página do Tutorado ou sugerindo um acompanhamento individualizado do estudante no SMAP (em situação de sofrimento psicológico e/ou psiquiátrico). Em todo o caso, é importante que se perceba, de novo, que o objetivo é sempre responsabilizar o estudante, tão precocemente quanto possível, pelo seu processo de aprendizagem e não superprotegê-lo.

O estudante “exemplar” que não sente necessidade do Tutorado

Os estudantes que têm um elevado rendimento académico e/ou que têm bastantes contactos com outros colegas e/ou docentes do IST não sentem, muitas vezes, necessidade de participarem ativamente no Tutorado, muitas vezes até por uma questão de orgulho. Naturalmente, ninguém pode ser obrigado a participar e há até docentes que não vêem utilidade na participação destes estudantes no Programa. Contudo, **há vários argumentos para que estes estudantes sejam integrados no Tutorado:**

- A sua integração no IST e no seu curso sai reforçada, com prováveis benefícios em termos de rendimento académico (se o Tutorado passa a fazer parte da cultura do seu curso, “ficar de fora” não é bom);
- Numa perspetiva de longo prazo, muito provavelmente o estudante poderá otimizar o seu rendimento académico pelo facto de ter um docente que está “por dentro” do curso e da realidade do seu ano e o acompanhará ao longo de todo o seu percurso, pensando exclusivamente no que poderá ser melhor para aquele estudante particular (função de “guia” do Tutor);
- Para os Tutores, o contacto com estes estudantes aumenta significativamente a motivação para o Tutorado, auxiliando-os a ter uma visão mais realista do curso, nomeadamente das “queixas” dos alunos com baixo rendimento académico;
- Os estudantes mais aplicados têm, frequentemente, ótimos *feedbacks* a dar sobre o modo como determinadas disciplinas funcionam, podendo deste modo contribuir para um melhor funcionamento das mesmas, do qual serão grandes beneficiários;
- O grupo de Tutorandos sairá enriquecido pela diversidade dos seus participantes, conseguindo muitas vezes os estudantes mais aplicados “puxar” os outros, conseguindo-se ainda um funcionamento mais interessante para todo o curso (que deste modo fica “menos clivado” entre “bons” e “maus” alunos);
- Os estudantes de elevado rendimento académico podem ser encaminhados pelo Tutor para o Workshop “De Bom a Excelente” promovido pelo GATu ou integrados precocemente em projetos de investigação do seu Tutor ou do seu Departamento.

O estudante que aparece com os pais

Alguns estudantes do Ensino Superior “aparecem” na universidade com uma presença excessiva por parte dos pais, que muitas vezes são demasiado protetores em relação ao estudante. Esta realidade é verdadeira para estudantes de elevado e de baixo rendimento académico e inclui, muitas vezes, progenitores que estão, de alguma forma, ligados ao IST. Nesta fase da vida do estudante, em que se pretende que se autonomize em relação à família, este tipo de proteção é perfeitamente indesejada, pelo que se propõem aos Tutores que **limitem ao máximo os contactos com os pais dos seus Tutorandos** e que insistam num contacto direto com o estudante, para a resolução de toda e qualquer questão.

Adicionalmente, o GATu recorda os Tutores que **nenhuma** informação académica sobre os alunos maiores de idade pode ser fornecida aos pais ou outras entidades.

O estudante deslocado, desportista de alta competição ou portador de deficiência

Todos estes estudantes merecem uma atenção especial por parte do Tutor, contudo nem todos parecem disponíveis para usufruir desse recurso (em particular, e paradoxalmente, os estudantes deslocados, sempre desejosos de passar “em casa” tanto tempo quanto possível). A Coordenação do Curso, a Coordenação do Tutorado e o NAPE (em particular no caso dos estudantes portadores de deficiência e no caso dos estudantes deslocados) devem ser contactados sempre que o Tutor sinta que o estudante está com dificuldades e não está a conseguir usufruir devidamente do Tutorado.

O estudante com dúvidas em relação ao curso e que pensa pedir transferência de curso

Tipicamente, este estudante vê pouca utilidade no Tutorado porque não se sente muito implicado no curso em que foi colocado; contudo, pode ser importante que tenha algum acompanhamento no processo de mudança (e recordamos que muitos destes alunos acabam por continuar no curso para onde entraram).

Apoio às Necessidades Educativas Especiais

O IST oferece condições especiais de frequência e avaliação aos estudantes que em algum momento do percurso académico apresentem necessidades educativas especiais resultantes de condições de saúde temporárias ou prolongadas, pertencendo à Rede NEE-ULisboa (<http://www.ulisboa.pt/home-page/estudar/necessidades-educativas-especiais/>)

Através da página da Área Académica (<http://academica.tecnico.ulisboa.pt/nee/>) poderá saber quais os recursos a que o aluno(a) pode recorrer para obter um apoio mais específico.

Para mais informações poderá sempre entra em contacto com:

Campus Alameda - Área Académica (Pavilhão Central, R/C)

Carolina Ferreira – carolinaferreira@tecnico.ulisboa.pt | 21 841 90 21

Coordenadora: Cristina David – cristinadavid@tecnico.ulisboa.pt | 21 841 90 20

Campus Taguspark – Núcleo de Apoio Geral do Taguspark

Carla Costa - carla.boura@tecnico.ulisboa.pt | 21 423 35 45

Textos Disponibilizados na Página do GATu

Aprender a Pensar

- Provavelmente o conceito Matemático mais inútil do Mundo!
- Entrevista com o Prof. Jorge Buescu
- A Evolução de Cooperação
- A estrada fractal para as participações
- As medalhas de ouro
- As meninas do padre Kirkman
- Matemática a arma de construção maciça
- Matemática a cidade e a vida
- O campeonato dos cérebros
- O grupo dos 8 e o surfista prateado
- O Mandelbolbo os fractais entram na terceira dimensão
- O número de Deus – *ingenium*. Os incríveis números de Catalan
- Perder e perder e...ganhar

Aprender a aprender

- Estudar pode ser fácil
- Métodos de Estudo
- Mind Maps
- Preparação para os exames
- Como fazer apresentações orais
- Aprender a estudar
- Ansiedade antes, durante e depois dos exames
- Aprendizagem máxima, esforço mínimo
- Como ser um excelente aluno
- Concentração: a chave para um estudo eficaz
- Porque é que tenho que ir às aulas
- Preparação para a Época de Exames

- Técnicas de Leitura de um Livro de Matemática
- Dominar ansiedade na Matemática
- Estratégias de Estudo em Física Estratégias de Estudo em Química Estudantes Bem e Mal Sucedidos
- Como Estudar? Técnicas de Resolução de Problemas
- Como Estudar? Técnicas de Leitura Como Estudar? Técnicas de Memorização
- Onde Estudar?
- Estratégias de Aprendizagem
- Gestão de Tempo
- Planificação do estudo e gestão de recursos;
- Gestão do Tempo e Organização do Estudo;
- A Forma Certa de Encher um Jarro!;
- Procrastinação;
- Procrastinação: Como Vencê-la!;
- Estratégias de Gestão do Tempo;
- Gerir Energia: A Verdade sobre a Gestão de Tempo.

Gestão do tempo

- Planificação do estudo e gestão de recursos
- Gestão do Tempo e Organização do Estudo
- A Forma Certa de Encher um Jarro!
- Procrastinação
- Procrastinação: Como Vencê-la!
- Estratégias de Gestão do Tempo
- Gerir Energia: A Verdade sobre a Gestão de Tempo (GAPsi-FCUL)

Gestão do Stress

- Relaxamento
- Otimismo Como Suporte
- Resiliência
- Suporte Social
- Atividades de Prazer

Problemas mais frequentes

- Ansiedade no Exames
- Autoestima
- Estudar longe de casa
- Problemas de Sono
- Porque te sentes mal? Não somos afetados pelas coisas, mas sim pela visão que temos delas...
- Estratégias para uma Boa Noite de Sono!
- Cábula do Estudante Ansioso ou deprimido!
- Problemas Vocacionais
- Não, não está a ficar maluco!
- Depressão
- Perfeccionismo
- Intimidade
- Luto

Relacionamento Interpessoal

- Trabalho Equipa
- Saber Dar e Receber Feedback
- Timidez e Ansiedade Social: Manual de Sobrevivência em Situações Sociais
- Assertividade: o que é, porque é útil e como se aprende?
- Voo dos Gansos!
- Dinâmica de Grupos ou Trabalho em Equipa
- Formação e Dinâmica do Trabalho em Equipa.

Mercado de trabalho

- Estou a acabar o meu curso e agora Estratégias de procura de emprego
- A entrevista de Seleção Profissional
- No Trilho do 1º. Emprego
- Gung Ho!

EM FORMA DE CONCLUSÃO

“Humildade, curiosidade, flexibilidade, segurança em si próprio, paciência, consistência, coerência, convicção, pro-atividade e inteligência emocional é todo um conjunto de competências que dificilmente esperamos encontrar numa só pessoa ou profissional, mas é isso mesmo que se apresenta como indispensável para definir um bom docente, ao lado de aptidões como a visão e a sabedoria.” As palavras de Bou Pérez em *Coaching para Docentes* aplicam-se por maioria de razão a todos os que, voluntariamente, se dedicam a acompanhar estudantes dos primeiros anos ao longo do seu percurso académico no IST.

As recompensas pelo desempenho desta tarefa num contexto cultural onde as práticas de tutoria são ainda relativamente exógenas, encontram-se descritas no livro “Programa de Monitorização e Tutorado: oito anos a promover a integração e o sucesso académico no IST” (editado pelo Conselho Pedagógico e o GATu em 2011), nos depoimentos de vários docentes (Parte 3) e disponível na página do GATu (tutorado.tecnico.ulisboa.pt).

A tutora Marta Gomes resume alguns desses benefícios: ‘melhoria das competências de relacionamento com os alunos’, ‘enriquecimento pedagógico’, contato com a coordenação do curso e com os restantes tutores do curso, participação em ações de formação promovidas pelo GATu, com as possibilidades de troca de experiências com outros colegas do IST (sendo o único programa transversal a todos os departamentos do IST, o Tutorado tem o potencial de envolver a Escola num diálogo que, partindo da reflexão sobre o processo de ensino-aprendizagem no Ensino Superior e o insucesso, a impulsionará em direção a uma mudança de paradigma que se traduzirá numa maior sinergia na relação professor-aluno).

No equilíbrio entre as exigências e as gratificações da função de tutor vai sendo gerido, ano após ano, o Programa de Tutorado, sempre acreditando que a melhor forma de servir a Escola é através da recolha sistemática dos *feedbacks* de todos os intervenientes – não hesite, pois, em enviar-nos as suas sugestões para tutorado@tecnico.ulisboa.pt.

SUGESTÕES DE LEITURA COMPLEMENTAR

Aprendizagem Auto-Regulada pelo Estudante – Perspectivas Psicológicas e Educacionais, de A. Lopes da Silva, A. M. Veiga Simão, Porto Editora: Porto

Benchmarking de Programas de Tutoria (2012), Gabinete de Apoio ao Tutorado.

Coaching para Docentes: Motivar para o Sucesso, Pérez, J. F. Bou Porto: Porto Editora

Como Orientar Hacia la Construcción del Proyecto Profesional, de M. L. Rodríguez Moreno. Ed. Desclée de Brouwer: Bilbao

Effective Teaching in Higher Education, de G. Brown Medeleine Atkins, Routledge Falmer: NY & London

Helping College Students Succeed, de G. Hirsh, Routledge Falmer: NY & London

Learning Together – Peer Tutoring in Higher Education, de Nancy Falchikov, Routledge Falmer: NY & London

Manual de Tutoria Universitária – Recursos para a Acção, de Sebastián Rodríguez Espinar (Coord.), Col. Educación Universitária, Ed. Octaedro/ICE UB

Personal Tutoring in Higher Education, L. Thomas, P. Hixenbaugh (Eds.), Trentham Books: Stoke on Trent (UK) & Sterling (USA)

Programa de Monitorização e Tutorado: Oito anos a promover a integração e o sucesso académico (2011) Conselho Pedagógico/GATu, IST Press

Anexo I. Programas de Formação para Docentes

Como ser um bom Tutor

- **Destinatários:** novos tutores ou tutores que queiram rever os conceitos básicos da tutoria eficaz
- **Objetivos:** Aquisição de competências necessárias ao exercício da função de Tutor e planeamento das actividades do Tutorado.

Métodos para Alunos de Baixo Rendimento Académico

- **Destinatários:** Tutores (de preferência que tenham frequentado a Formação “Modelos e Práticas de Tutoria I”)
- **Objetivos:** Promoção de competências avançadas de Tutoria, tais como competências de intervenção individual e de grupo com estudantes de baixo rendimento académico.

Coaching e Tutorado

- **Objetivos:** Desenvolver novas ferramentas para os futuros desafios do Professor Universitário.

Gestão de Conflitos

- **Objetivos:** Através de estudo de casos, dotar os participantes de competências que permitem gerir os conflitos que surgem na vida real.

Gestão da Mudança

- **Objetivos:** Incentivar a uma cultura de mudança que cria oportunidades; motivar os indivíduos a processos de mudança; e sensibilizar para a necessidade de uma atitude de auto-regulação e para a importância do *Coaching* na mudança organizacional.

NOTA: Os Programas e próximas datas de cada uma das formações listadas poderão ser consultados na página on-line do GATu (tutorado.tecnico.ulisboa.pt) no separador Tutor >> Formações.

Anexo II. Grelha de Desempenho

Nº Aluno	Fase de Ingresso	Nota de Geração	Média Disciplinas Concluídas	Taxa de Aprovação em 2004 / 2005		1º Ano (2003 / 2004)		2º Ano (2004 / 2005)	
				1ªSem.	2ªSem.	1ªSemestre	2ªSemestre	1ªSemestre	2ªSemestre
51682			11,70	75%	50%				
54182	1	148,00	12,00	60%	20%				
54183	1	135,80	12,71	17%	60%				
54184	1	145,00	12,93	86%	57%				
54185	1	130,50	11,86	0%	17%				
54186	1	144,80	12,20	100%	80%				
54189	1	157,00	12,60	60%	43%				
54190	1	161,30	12,33	20%	0%				
54191	1	164,00	12,54	43%	33%				
54604	1	140,30	13,00	67%	40%				

Aluno com Percurso Regular (Bom)

Aluno com Percurso Mediano

Aluno com Mau Percurso

LEGENDA : Inscrito e Aprovado em 2004 / 2005 Reprovado no exame em 2004 / 2005
 Inscrito e não Aprovado em 2004 / 2005 Inscrito e Aprovado noutro ano lectivo ou semestre

Workshop Para Prescrever a Prescrição

- **Duração:** 4 sessões de 2 horas cada.
- **Objetivos:** aprender técnicas de estudo e desenvolver estratégias de aprendizagem para melhorar o rendimento académico.

Workshop De Bom a Excelente (1º e 2º Ciclo)

- **Duração:** 4 sessões de 2 horas cada.
- **Objetivos:** aprender ferramentas que permitam otimizar o rendimento académico e desenvolver competências necessárias no mercado de trabalho.

Workshop Gestão de Tempo

- **Duração:** 1h30m
- **Objetivo:** aprender estratégias importantes à gestão do tempo na vida académica e futura vida profissional.

Workshop Trabalho em Equipa

- **Duração:** 1h30m
- **Objetivo:** aprender estratégias importantes para um trabalho em equipa de sucesso.

Dia de Orientação dos Delegados

- **Duração:** um dia de formação especificamente para Delegados de Curso e de Ano.
- **Objetivos:** desenvolvimento e treino de competências de liderança, trabalho em equipa, estilos de comunicação e resolução de conflitos.

NOTA: Os Programas e próximas datas de cada uma das formações listadas poderão ser consultado na página on-line do GATu (tutorado.tecnico.ulisboa.pt) no separador Tutorando >> Workshops