Financiado pela União Europeia

Curso de Supervisão Avançada de Estudantes

Internacionalização, Supervisão e Saúde Mental

Teresa Manjate, Julieta Langa, Rehana Capurchande e Tufária Mussá

Facilitadoras

Prof. Doutora Teresa Manjate
Centros de Estudos Africanos
Email: manjatet@gmail.com



Prof. Doutora Julieta Langa
Faculdade de Letras e Ciências Sociais
Email: julietalanga.jl@gmail.com



Profa. Doutora Tufária Mussá
Faculdade de Medicina-UEM
Email: *tufariamussa@gmail.com*



Profa. Doutora Rehana Capurchande
Faculdade de Letras e Ciencias Sociais
Email: rehana.dc@gmail.com



Teresa – 10 min

PLANO DA SESSÃO

1.Introdução

2. Conceitos de internacionalização e de supervisão

3. As razões da internacionalização

4. Os desafios da internacionalização

5. Supervisão intercultural

6. Saúde Mental

7. Bibliografia

OBJECTIVOS DA SESSÃO

No fim desta sessão os participantes deverão ser capazes de:

- Reflectir sobre a importância da internacionalização;
- Apreciar os desafios enfrentados pelos estudantes no contexto da internacionalização;
- Canalizar apoio para estudantes internacionais de pós-graduação no processo dos seus estudos;
- Consciencializar os supervisores de estudantes de Pós-graduação sobre a necessidade de se prestar atenção à Saúde Mental;
- Fazer uma breve auto-avaliação sobre o nível de risco *burnout.*

INTRODUÇÃO (1)

- O Ensino Superior como motor económico (Sursock & Smidt, 2010).

- **MUDANÇAS NO ENSINO SUPERIOR**

  - **Restrições no orçamento**
  - **Maior responsabilização**
  - **Aumento de competitividade** para os estudantes (Schnieder-Jans, 2007).

INTRODUÇÃO (2)

- Um número crescente de estudantes internacionais aumenta o desejo de afirmação (ranking– atracção de funcionários e estudantes talentosos, subsídios de governos e parceiros de desenvolvimento aumentam redes de colaborações (Cloete et al., 2017)).
- Financiamento para os programas de doutoramento provenientes de várias fontes – governos, fontes externas, indústria…
- ***Tudo isso torna a supervisão mais complexa***

Conceitos

- O que é internacionalização?
- O que é supervisão (no contexto da internacionalização)?

Internacionalização: Definição (1)

Um processo onde os desafios interculturais são abordados, as pedagogias deliberativas são desenvolvidas e o currículo e a experiência mais ampla do ensino superior são enriquecidos para encorajar agências individuais e colectivas e o envolvimento com os desafios complexos que a sociedade enfrenta (Shaffer et al, 2017).

Internacionalização: Definição (2)

- Processo de integração
- Dimensão internacional,
- Intercultural e global
  - funções (ensino superior, pesquisa, serviços)

(Knight, 2007).

O que é internacionalização (cont.)

1

Inclui actividades internacionais de **mobilidade académica** para estudantes, professores e CTA; **ligações e parcerias internacionais e projectos, iniciativas de pesquisa, publicações, etc.**

2

Inclui **uma dimensão internacional, intercultural e/ou global no currículo e no processo de ensino-aprendizagem**.

3

Oferece educação a outros países, usando uma variedade de técnicas presenciais e à distância e novos tipos de arranjos como **filiais ou franquias** (Knight, 2008).



Princípios básicos de internacionalização

Os princípios básicos podem ser resumidos em 4 Cs:

- Cultura
- Custos
- Conformidade/correspondência e
- Capacidades

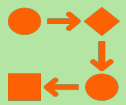
Supervisão: no contexto da Internacionalização



Uma combinação de experiência académica e gestão hábil de relações pessoais e profissionais (Ballard and Clanchy, 1993).



Uma forma completa de ensino com método, interacção entre estudantes e ambiente educacional.



Um relacionamento entre um supervisor e um estudante definido dentro de metas educacionais específicas e um prazo (Pearson, 2002).



É uma pedagogia em que os nossos corpos – raça, classe, género e culturas - estão presentes.

Julieta – 40 min

- As razões da internacionalização

Actividade 1: Internacionalização IES
BREVE DEBATE (10 minutos)

O estado da internacionalização na IES

* Nota: um olhar diacrónico



Porque é que a IES se estão a internacionalizar?

Como se está a concretizar a internacionalização nas IES?

Razões para a internacionalização

Marca

- Marca e perfil

Redes de trabalho

- Alianças estratégicas

Qualidade

- Sinaliza qualidade no ensino superior

Relevância

- Reflecte relevância e competitividade (Abd. Aziz and Abdullah, 2014)

Capacitação institucional

- Desenvolvimento de estudantes e funcionários

Finanças

- Geração de rendimentos/recursos

- Internacionalização e Supervisão

Actividade 2: Discussão em grupos (10 mins.)

01

Qual foi sua experiência como estudante fora do país de origem?

a) Que desafios enfrentou?

b) O que terá causado esses desafios;

c) Como lidou com os desafios?

02

Qual é a experiência da sua instituição na supervisão de estudantes internacionais?

Apresentações
do exercício anterior

Desafios da supervisão X internacionalização

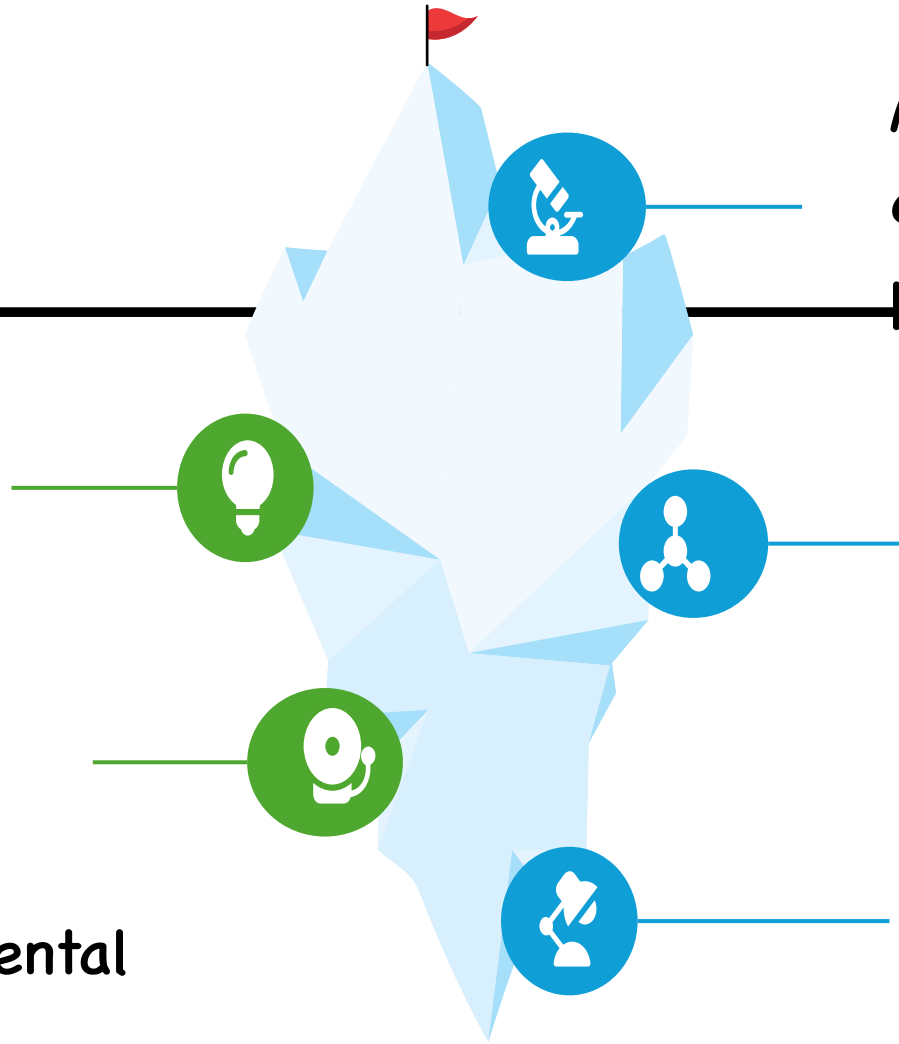
01 Discriminação e Marginalização – tratados como "outros" (Sweitzer, 2009).

02
- ADAPTAÇÃO A DIFERENTES CULTURAS:
- Pedagógica; académica e de investigação; e
- Dificuldades financeiras.

03 Costumes desconhecidos, comida, clima, idioma (Pinto, 2021; Hu, van Veen & Corda, 2016).

04 Solidão/saudade de casa, conexões e relações sociais (Elliot, Vivienne & Kate, 2016)

Desafios na interacção do estudante com o supervisor



Ansiedade em relação ao trabalho de pesquisa

Distanciamento dos supervisores (McClure, 2005).

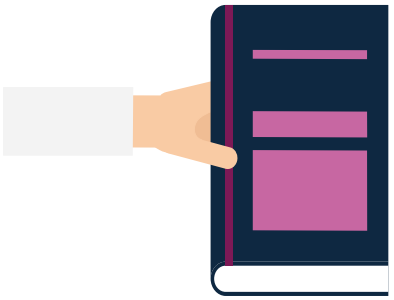
Fraco feedback por parte dos supervisores

Indisponibilidade dos supervisores

Assédio sexual ou académico (Grant and Graham, 1999).

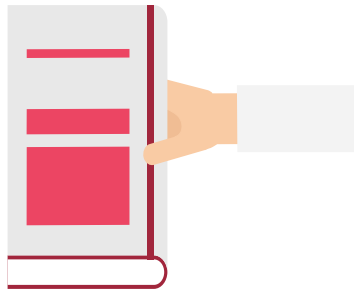
Falta de apoio departamental (Cotterall, 2015).

Desafios relacionados com o supervisor



- Incompatibilidade nas expectativas
- Alta expectativa dos estudantes
- Falta de experiência dos supervisores
- Falta de comunicação objectiva e positiva
- Conflitos de poder entre o supervisor principal e o co-supervisor

(Mohd. Ismail et al. (2013)



Dificuldades no relacionamento de supervisão com os supervisores

O QUE E ISTO??

A razão dos desafios

Diferenças de base cultural

Estudantes internacionais de diferentes origens geográficas.

a. Na abordagem/aproximação a supervisores

b. Em ser assertivo ou discordar do seu supervisor *(Pinto, 2021; Winchester-Seeto et al, 2013).*

Género

- Abordado na sessão sobre género*

Teresa- 10 min

Auto apreciação

1.Supervisão intercultural (Yuen-han Mo & Tsui, 2016)

01

A supervisão NÃO é conduzida no vazio. É uma consequência das nossas ideologias, valores e concepções.

02

A supervisão é uma pedagogia em que os nossos corpos estão presentes em termos de raça, classe e género.

2. Supervisão intercultural (Yuen-han Mo & Tsui, 2016)

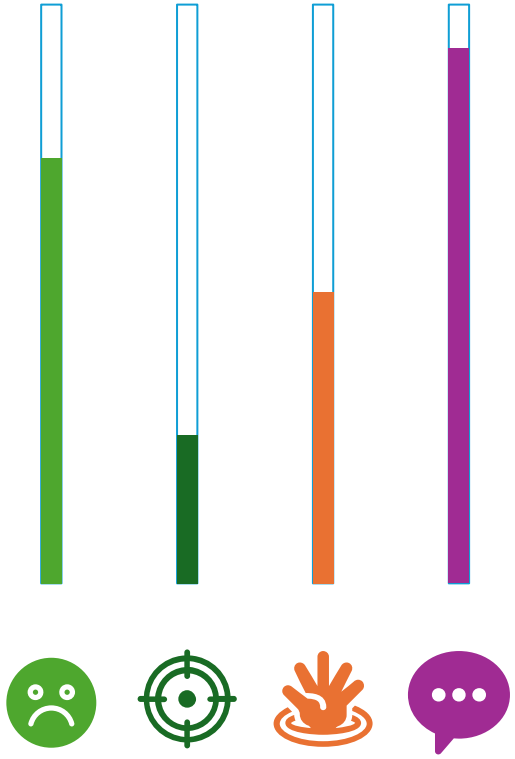
A cultura impacta a supervisão

A supervisão entre culturas étnicas proporciona um ambiente pedagógico

- rico
- enigmático
- Complexo

(Grant & Manathunga, 2011)

A supervisão de pós-graduação é um espaço para a uma aprendizagem intercultural.



Supervisão entre culturas requer consciência e sensibilidade dos supervisores

A supervisão entre culturas exige que os supervisores avaliem os seus valores, preconceitos, limitações e conhecimentos

3.Supervisão intercultural (*Yuen-han Mo & Tsui, 2016*)

- Certifique-se de que a parceria está no caminho certo (Acordos, memorandos, etc.);
- **Conheça os estudantes e avalie cuidadosamente as suas necessidades (base teórica, procedimentos metodológicos, conhecimentos técnicos, competências informáticas, competências de língua e de escrita);**
- Estabeleça expectativas razoáveis e acordadas;
- Trabalhe com os estudantes para traçar um plano de pesquisa.

5. Supervisão intercultural (*Yuen-han Mo & Tsui, 2016*) (2)

- Inicie contacto regular e forneça feedback de qualidade;
- Envolva os estudantes na vida do departamento;
- Inspire e motive;
- Ajude se surgirem crises académicas e pessoais.

A supervisão de pós-graduação oferece espaço para uma aprendizagem intercultural.

Aspectos a considerar na autoapreciação

- Ter habilidades de escuta activa, fornecer feedback e apoio contínuos;

- Ser conhecedor da matéria em tratamento, compartilhar e ser comunicativo;

- Ter e mostrar confiança no estudante;

- Ser solidário e crítico quando o estudante falhar;

- Mostrar entusiasmo, cordialidade e compreensão;

- Ter um compromisso pessoal com o estudante e metas académicas (estudos e empregabilidade) bem definidas.

O desenho pedagógico da pós-graduação

- Deve ser adaptado à condição específica, uma vez que não existe um modelo educativo específico que seja aplicável em todas as situações de supervisão (Halse & Malfroy, 2010).

Matéria para reflexão

Auto-análise

Que tipo de supervisor você é?

Relacionamento

Como você se relaciona com estudantes internacionais?

Relacionamento

Como se relaciona com pessoas de outras origens étnicas?

Sensibilidade

Que tipo de supervisor você deseja ser?

"Adopte abordagens transculturais que coloquem o tempo, o lugar e o conhecimento cultural no centro das pedagogias doutorais" (Manathunga, 2017; p. 122) .

Tufária e Julieta- 60 min

Saúde mental na pós-gradução

O QUE É SAÚDE?

- Um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doenças.

https://www.who.int/about/governance/constitution

Alguns aspectos a considerar na saúde mental

1. Stress
2. Ansiedade
3. Depressão
4. Teste de Burnout

O que é stress?



https://xetaimydinh.edu.vn/products/cach33/giam-stress-tuc-thi-voi-nhung-meo-cuc-ky-huu-ich.html

- **Stress** é a resposta **psicológica e/ou fisiológica** de um organismo a desafios ou demandas percebidos, sejam eles internos ou externos (stressores).

- É uma **condição normal** e **não prejudicial** quando temporário, e Se houver oportunidades de recuperação.

  - **Períodos prolongados** de stress sem recuperação representam um **risco à saúde**.

https://gsr-net.org/working-definitions-of-stress-and-resilience/?utm_source=chatgpt.com

Quais são os factores desencadeadores de *Stress?*

- Responsabilidades concorrentes (disciplinas, ensino, pesquisa)
- Gestao de relacionamentos interpessoais; Isolamento social;
- Responsabilidades familiares;
- Insegurança financeira, incerteza sobre oportunidades de emprego;
- Relações de poder tensas entre supervisor e estudante;
- Falta de apoio, em casos de atenção sexual indesejada e assédio;
- Rejeição, síndrome do impostor

O que é ansiedade?

Estado emocional caracterizado por sentimentos de tensão, preocupação e alterações fisiológicas, como aumento da frequência cardíaca e da actividade do sistema nervoso autónomo.

https://www.nimh.nih.gov/health/topics/anxiety-disorders#hts-intro

O que é depressão (1)

Transtorno mental comum e sério, caracterizado por sentimentos persistentes de tristeza, perda de interesse ou prazer em actividades, e uma variedade de sintomas emocionais e físicos.

Vai além dos sentimentos temporários normais de tristeza, podendo interferir significativamente na vida diária, nos relacionamentos e no funcionamento geral da pessoa.

https://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression#hts-intro

Características da depressão?

- Humor sombrio ou tristeza persistente;
- Perda de interesse ou prazer em *hobbies* e actividades;
- Alterações no apetite ou peso (aumento ou diminuição);
- Distúrbios do sono (insónia ou sono excessivo);
- Fadiga ou baixos niveis de energia;
- Dificuldades de concentração ou de tomada de decisões;
- Sentimentos de inutilidade ou culpa excessiva;
- Pensamentos de morte ou suicídio.

A depressão pode afectar qualquer pessoa, independentemente da idade, género ou origem…

É causada por uma combinação complexa de factores genéticos, biológicos, ambientais e psicológicos.

https://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression#hts-intro

Ansiedade e depressão na pós-graduação?

- A depressão e a ansiedade são altamente prevalentes entre estudantes de doutoramento (*Satinsky et al. 2021*);

- Estudos de doutoramento desencadeam tanto problemas de saúde mental leves e graves (*Bergwall et al., 2024*);

- A frequência de encontros com um mentor, a dificuldade na publicação do artigo de doutorado e a dificuldade em equilibrar trabalho, família e programa de doutoramento mostraram uma associação com ansiedade e depressão (*Psychology Research and Behavior Management 2019:12 195–208)*

Saúde mental na supervisão

Actividade 3: **Trabalhos em grupos (20 minutos total)**

- ❏ Porquê falar de saúde mental na pós-graduação e de forma específica em estudantes de doutoramento?
- ❏ Qual é a complexidade do ambiente de pesquisa de estudantes de doutoramento que pode causar problemas de saúde mental/*stress*?
- ❏ O que pode ser feito para ajudar os estudantes de doutoramento a lidarem melhor com esta complexidade?
- ❏ Como melhorar o ambiente e a supervisão dos estudantes de doutoramento para evitar problemas de saúde mental?

Conhecer os seus estudantes é uma mais valia

Identificação de estudantes bloqueados (sinais)

01

Muda constantemente de tema ou trabalho planeado

02

Evita todas as formas de comunicação com o supervisor

03

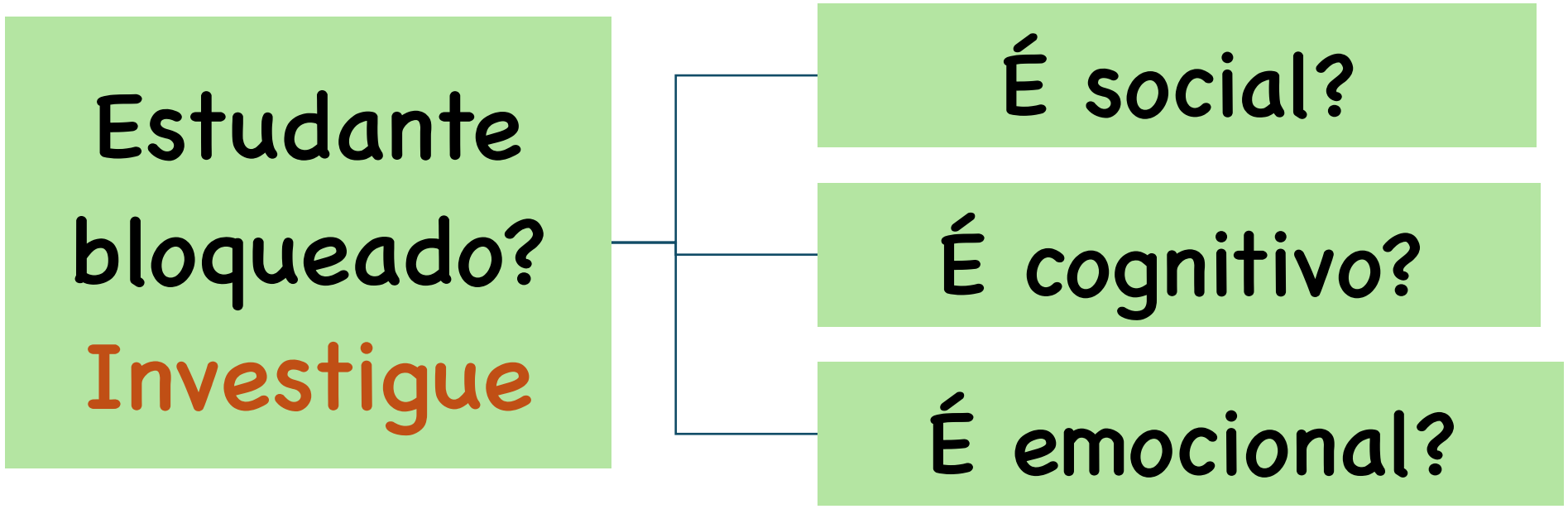
Isola-se do departamento e de outros estudantes

04

Evita submissão de trabalhos para revisão

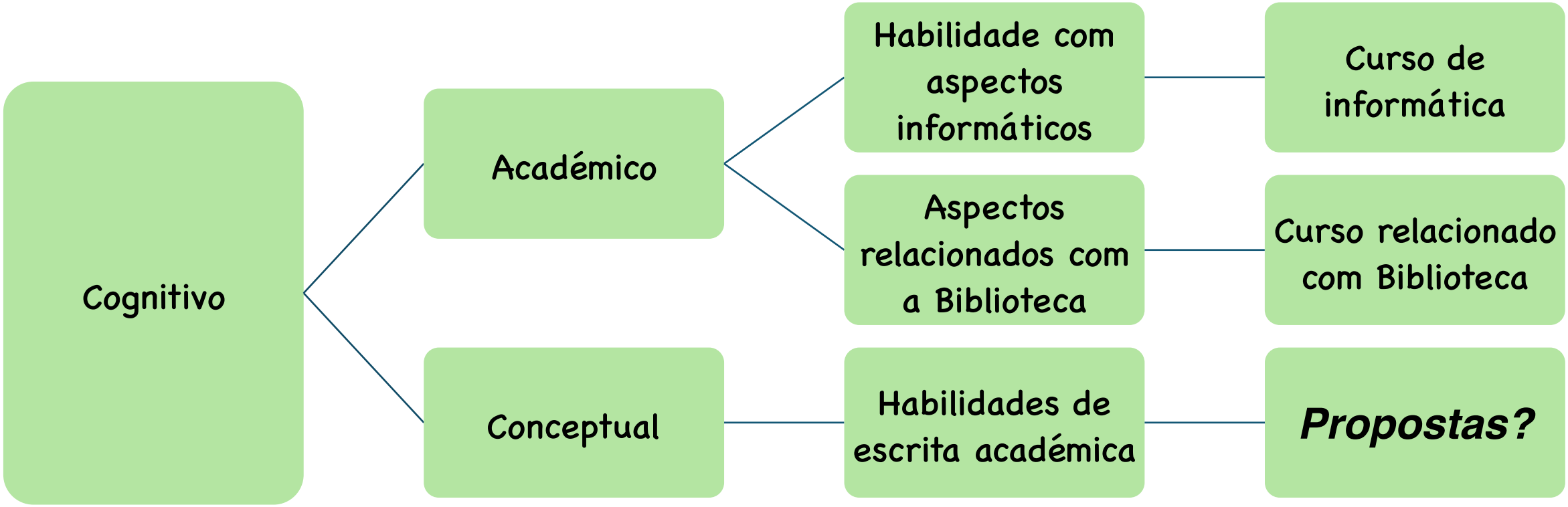
Sinais de alerta de que os estudantes estão bloqueados

Estudante bloqueado

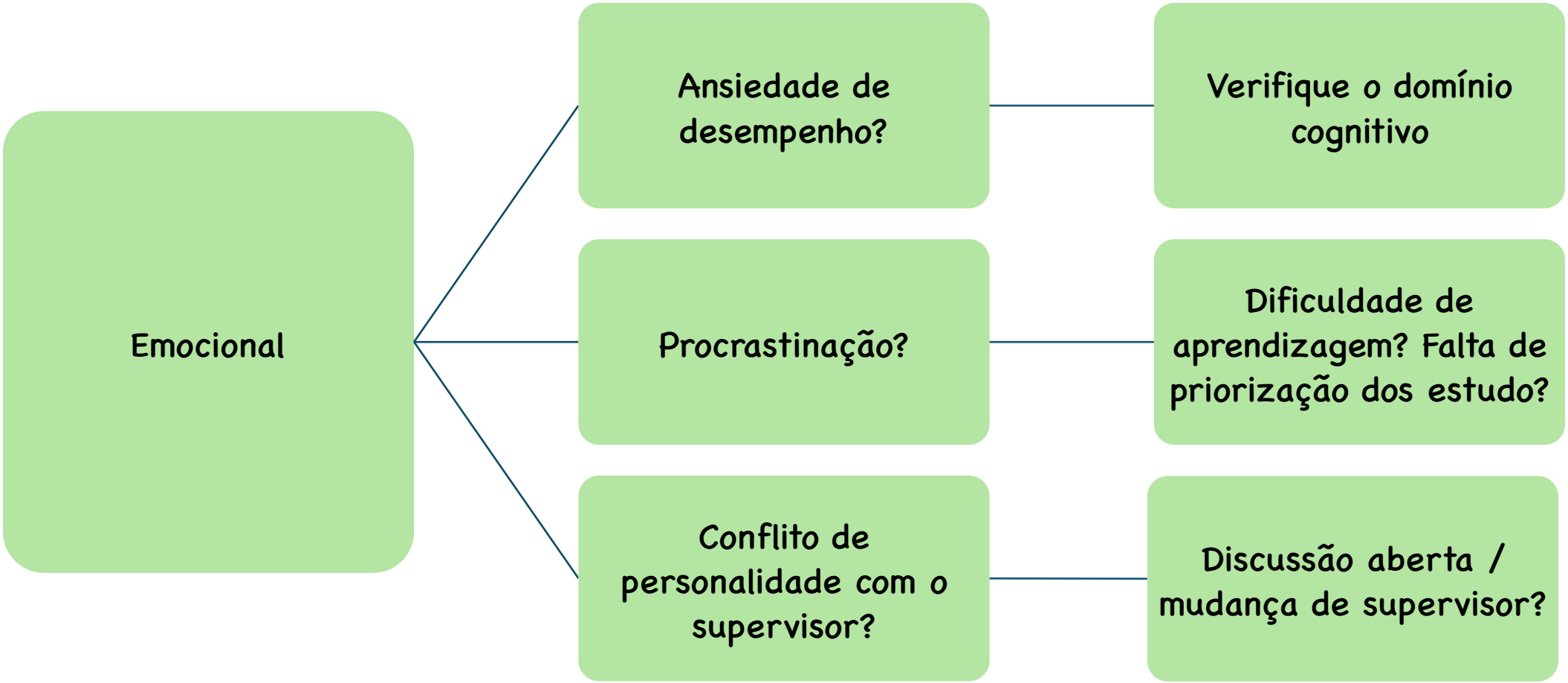


- ***Kathy Ahern and Catherine Manathunga (2004)***

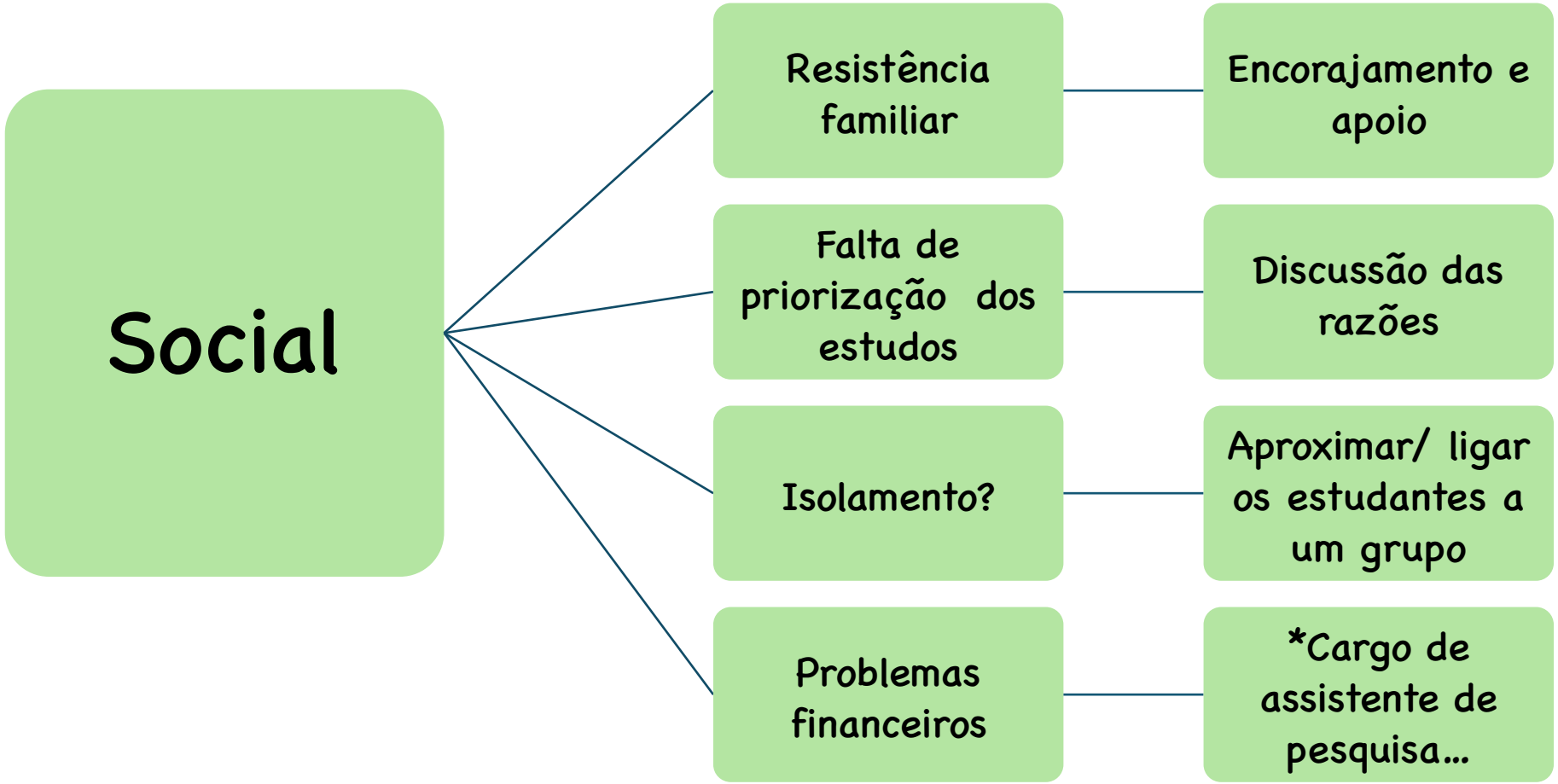
Problemas do domínio cognitivo



Problemas de domínio afectivo



Problemas de domínio social



Rehana e Tufária- 20 min

Actividade 4: Teste de Avaliação de Risco da Síndrome de Burnout

10 minutos

Teste de Avaliação de Risco de Síndrome de Burnout (1)

Parâmetros de Avaliação da Síndrome de Burnout: Nunca (1) Raramente (2) Às vezes (3) Todo tempo (4) Com muita frequência (5)	
Perguntas de avaliação de risco de síndrome de Burnout	Pontuação
1. Sente-se deprimido (a) como se sua a energia física e emocional estivesse esgotada?	
2. Acha que é propenso (a) a pensar negativamente sobre o seu emprego?	
3. Considera-se mais frio (a) e/ou menos sensível com as outras pessoas do que possivelmente merecem?	
4. Fica irritado (a) facilmente com pequenos problemas ou com os seus colegas de trabalho e sua equipe?	
5. Sente incompreendido (a) ou desconsiderado (a) pelos seus colegas de trabalho?	
6. Sente que não há nada para conversar?	
7. Está a fazer menos do que deveria?	
8. Sente algum nível de desconforto em relação à pressão para obter êxito/sucesso?	
9. Sente que não consegue o que quer fora do seu emprego?	
10. Sente que está na instituição certa?	

Teste de Avaliação de Risco da Síndrome de Burnout (2)

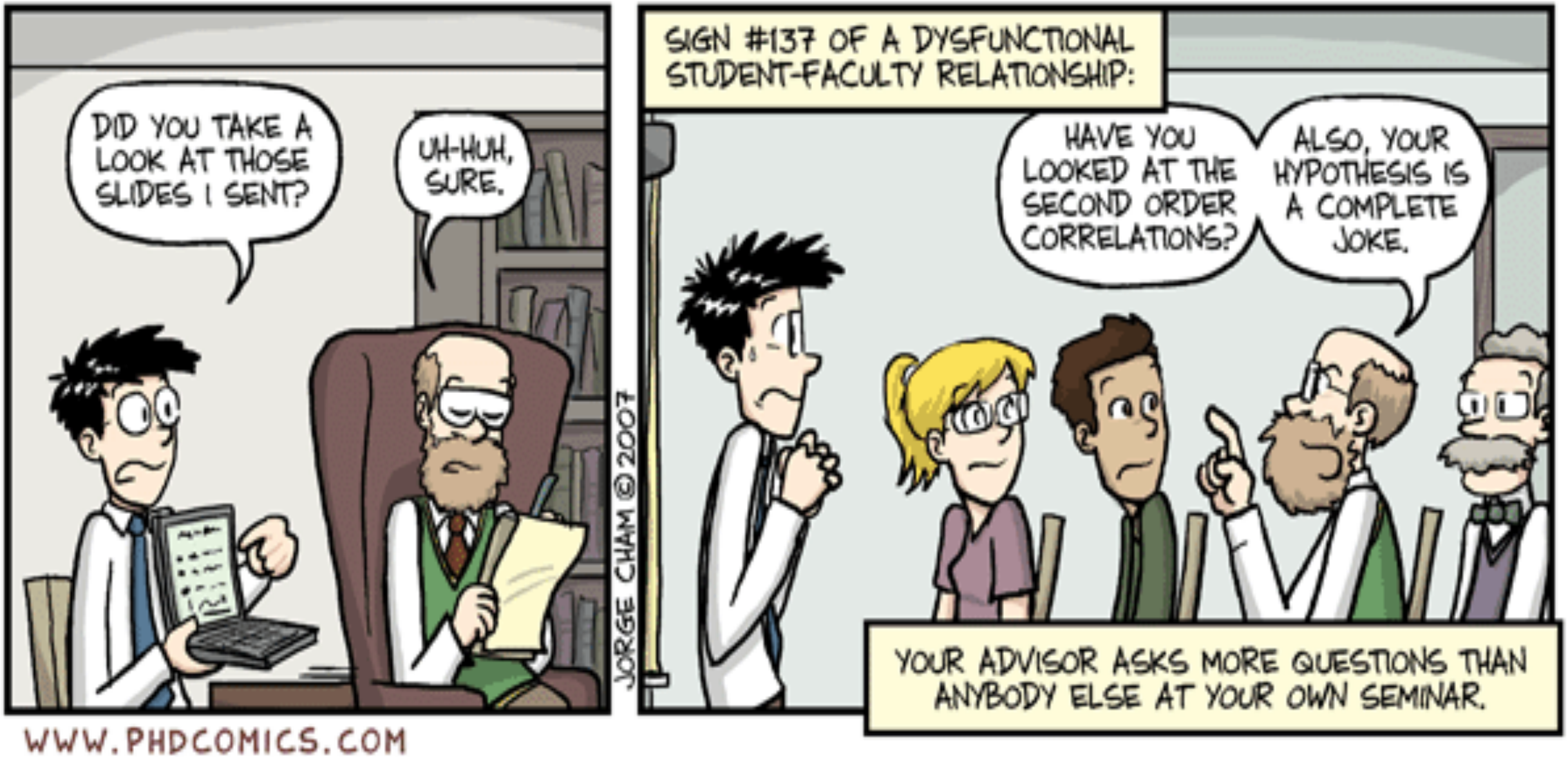
Continuação

Perguntas de avaliação de risco de síndrome de Burnout	Pontuação
11. Sente-se frustrado (a) com partes/componentes do seu trabalho?	
12. Sente que a burocracia e a política institucional frustram a sua habilidade de realizar um bom trabalho?	
13.Na prática sente que o seu trabalho está acima das suas habilidades?	
14. Sente que não tem tempo para realizar várias coisas importantes e fazer um trabalho com qualidade?	
15. Tem tempo para planificar tanto quanto gostaria?	

Pontuação da Avaliação dos Riscos da Síndrome de Burnout e sua Interpretação

Parâmetro da pontuação	A sua pontuação	Interpretação na escala de Burnout
15 – 18 pontos		Nenhum sinal de Burnout.
19 – 32 pontos		Pequeno sinal de Burnout
33 – 49 pontos		Cuidado, corre o risco de Burnout
50 – 59 pontos		Corre um grande risco de Burnout. Faça algo a respeito, urgentemente.
60 – 75 pontos		Está com enorme risco de Burnout. Faça algo a respeito urgentemente.

O Supervisor pode mudar a vida do estudante e de todos ao seu redor.



https://phdcomics.com/comics/archive.php?comicid=463

Revisão de conteúdos e objectivos

Discutimos…

1. **As razões da internacionalização**
2. **Os desafios da internacionalização**
3. **A supervisão intercultural**
4. **Aspectos de saúde mental na supervisão**
5. Avaliar o risco de *burnout*

Agora vocês devem ser capazes de…

1. **Ter uma opinião sobre a importância da internacionalização**
2. **Discutirem e propor abordagens para os desafios enfrentados pelos estudantes no contexto da internacionalização;**
3. **Apoiarem os estudantes internacionais de pós-graduação no processo dos seus estudos;**
4. **Reflectirem sobre a necessidade de prestar atenção à Saúde Mental no processo de supervisão na pós graduação**
5. Conhecer o seu nível de risco de *burnout*

Referências

- **Bøgelund. P.** (2015). How supervisors perceive PhD supervision – And how they practice it. *International Journal of Doctoral Studies, 10,* 39-55.
- **Manathunga, C.** Intercultural supervision in doctoral education: making space for time, place and cultural knowledge. Victoria University Melbourne Australia https://www.nokut.no/contentassets/ccad78d78ff1439ba28064bd053d0224/manathunga_intercultural_doctoral_education_making_space_for_time_place_and_cultural_knowledge.pdf
- **Pinto, S. (2021).** "Everything is so different.": African students' voices on the challenges of doing a PhD at a Portuguese university . *Journal of International Students*, *11*(4). https://doi.org/10.32674/jis.v11i4.2702
- **Singh, M. & Huang, X.** (2012). Bourdieu's lessons for internationalising Anglophone education: de-classifying Sino-Anglo divisions over critical theorising. Compare: a journal of comparative and international education, DOI:10.1080/03057925.2012.687128.
- **Smith, L. T. (1999).** Decolonising methodologies: research and Indigenous peoples. London: Zed Books.
- **Somerville, M. (2010**). A place pedagogy for 'global contemporaneity'. Education Philosophy & Theory, 42(3), 326-344.
- **Somerville, M; Davies, B; Power, K.; Gannon, S & de Carteret, P**. (2011). Introduction. In Somerville, M; Davies, B; Power, K.; Gannon, S & de Carteret, P. (Eds.). Place pedagogy change (pp. 1-12). Rotterdam: Sense Publishers.


Dankon
Maake
Ua Tsaug Rau Koj
Mochchakkeram
Terma Kasih
Multumesc
Merci
Raibh Maith Agat
Grazie
Chokrane
Juspaxar
Cam on ban
Mamana
Kiitos
THANK YOU
Obrigado
Asante
Merci
Matondo
Dank Je
OBRIGADO
Nirringrazzjak
Spasibo
Multumesc
Obrigado
Mochchakkeram
Grazie
Raibh Maith Agat
Grazie
Vinaka
Obrigado
Thank You
Merci
Welalin
Multumesc
Spasibo
Cam on ban
Mochchakkeram
Merci
Spasibo
Arigato
Kiitos
Raibh Maith Agat
Matondo
Salamat
Nirringrazzjak
Obrigado
Mochchakkeram
Ua Tsaug Rau Koj
Maake
Merci
Mochchakkeram
Matur Nuwun
Chokrane
Raibh Maith Agat
Salamat
Kiitos
Chokrane
Grazie
myloview