

O bem-estar subjetivo das crianças em tempos de confinamento

RESUMO

A crise pandémica que vivemos, motivada pela disseminação da COVID-19, tem tido um alcance massivo que não conhece fronteiras, acarretando sentimentos de vulnerabilidade e insegurança que trespassam classes sociais e grupos geracionais. No caso da infância, as situações de crise são particularmente impactantes no exercício dos seus direitos básicos. Conscientes desta realidade, consideramos ser fundamental recentrar a reflexão e contribuir com conhecimento produzido a partir das vozes das crianças, que nos permita caracterizar o seu bem-estar subjetivo em tempos de pandemia. Para tal, apresentaremos uma reflexão sobre a infância e o conceito de bem-estar subjetivo, a qual nos apoiará na análise dos dados resultantes de uma pesquisa, que teve como objetivo, precisamente, caracterizar o bem-estar subjetivo das crianças em tempos de pandemia. Para o efeito, foi desenvolvido online um “Questionário sobre o bem-estar das crianças em tempo de pandemia”, tendo em vista aceder às perceções das crianças relativamente às dimensões da saúde, educação, relacionamentos com familiares e pares e satisfação com a vida. Cumulativamente, em parceria com a “Rádio Miúdos”, foram também realizados “Debates Temáticos” com as crianças sobre a situação pandémica. A partir da análise e discussão dos dados obtidos, é possível divulgar conhecimentos sobre a sua vida quotidiana, entre crianças, na família e na comunidade, e promover a compreensão das suas convicções, do seu grau de satisfação com o meio e com as relações que mantêm em situação de pandemia.

Palavras-chave: Infância; Bem-estar subjetivo; Pandemia;

Marlene Barnaⁱ
Universidade do Minho,
Portugal

Natália Fernandesⁱⁱ
Universidade do Minho,
Portugal

Ana Isabel Saniⁱⁱⁱ
Universidade do Minho,
Portugal

1. INFÂNCIA E BEM-ESTAR SUBJETIVO

O bem-estar subjetivo é um conceito multidimensional, definido pela apreciação cognitiva que cada pessoa faz da satisfação global com a vida e a experiencição emocional (positiva ou negativa) que teve numa situação ou contexto particular (Diener & Biswas-Diener, 2002; Giacomoni & Hutz, 2008; Lima & Morais, 2018).

Associado a uma perspectiva hedónica (Diener, 1984; Silva & Dell'Aglío, 2018), desenvolvido na experiência do prazer *versus* desprazer, é um constructo ligado à felicidade e à satisfação com a vida (Casas, 2015; Delgado et al., 2019). Assim, a compreensão que possa fazer-se deste constructo tem de ser abrangente e tomar em consideração as múltiplas facetas que poderão caracterizar o bem-estar físico, psicológico, mental, social e funcional (Gaspar et al., 2019) numa perspetiva ecológica (Bronfenbrenner, 1979).

Não apenas os contextos podem interferir na noção individual de bem-estar subjetivo (e.g., comparem-se diferentes realidades sociais e culturais), como também, dentro de um mesmo contexto social global, pessoas em distintas etapas desenvolvimentais (e.g., crianças vs. adultos) observarão indicadores distintos para avaliar esse constructo. Por exemplo, no mundo dos adultos o bem-estar subjetivo não deixa de ser medido pela estabilidade económica que cada um detém na sua vida (Diener & Biswas-Diener, 2002), sendo que para as crianças essa não é uma dimensão valorada, muito embora possa influenciar o seu bem-estar (Gaspar & Balancho, 2017).

Assim, o bem-estar infantil tem ocupado muito do pensamento de académicos e de profissionais de terreno, cientes também da dificuldade em avaliar e definir quais os elementos que constituem o sentido de bem-estar subjetivo de crianças e adolescentes. Considerando uma abordagem multidimensional, importa igualmente atender à natureza multinível do bem-estar que distintos eixos teóricos podem ajudar perceber (Amerijckx & Humblet, 2014).

Uma avaliação global comparativa do bem-estar infantil da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico [OECD] (2009) revela que são seis as dimensões amplamente usadas na sua determinação: bem-estar material; habitação e meio ambiente; educação; saúde e segurança; comportamentos de risco; e qualidade de vida escolar. Cada uma destas dimensões inclui vários indicadores (cf. OECD, 2009) que podem ou não integrar os elementos de análise subjetiva de cada criança. Com isto queremos afirmar a importância de uma abordagem que permita à própria criança expressar o seu bem-estar.

1.1. O BEM-ESTAR SUBJETIVO DAS CRIANÇAS EM TEMPOS DE PANDEMIA

A pandemia ocasionada pela COVID-19, para além de consequências sanitárias, trouxe desafios sociais, emocionais e comportamentais que nos obrigaram a mudar rotinas e fazer adaptações à nova realidade com vista à manutenção de um nível positivo de bem-estar. O distanciamento físico e social é inevitavelmente uma estratégia para diminuir a possibilidade de contágio, mas o afastamento de pessoas próximas (familiares, amigos, colegas) traz consequências, por vezes difíceis de serem ultrapassadas.

No caso das crianças, o encerramento das escolas mudou as suas vidas, tal como as dos seus pais, bem como outros agentes educativos foram forçados a adaptar as suas estratégias às tecnologias de informação e comunicação (TIC) através do ensino à distância (Dove et al., 2020). No caso concreto das escolas é importante referir que elas satisfazem outras necessidades além das académicas, pois promovem o apoio em termos não académicos, tais como de serviços de saúde e de saúde mental, de assistência alimentar

e prevenção de vários riscos como os de obesidade ou maus-tratos, entre outros (Hoffman & Miller, 2020).

O dia a dia das crianças deixou de estar pautado por atividades de convívio, de lazer, ou de desporto (Kolh et al., 2013). Em vez disso, distanciaram-se dos amigos, dos colegas, dos professores, dos familiares, e tiveram de enfrentar mudanças sociais relacionadas com o (des)emprego dos cuidadores, a nova organização da vida familiar com outras rotinas, ou a diminuição de acessibilidade a serviços essenciais na comunidade (Caffo et al., 2020; Hoffman & Miller, 2020).

A vivência durante o período de pandemia poderá ter produzido, em muitas crianças, alterações na sua vida e ter contribuído para uma construção de bem-estar subjetivo nunca antes experienciada, como retratam estudos europeus realizados com crianças (Idoiaga Mondragon et al., 2021; Urbina-García, 2021). As preocupações com a propagação da doença COVID-19, o tempo passado frente ao computador e os isolamentos sociais, em si, poderão ter ocasionado alterações que importa conhecer para compreendermos como têm as crianças vindo a usufruir do seu bem-estar.

Assim, o estudo que apresentaremos centrar-se-á na criança procurando compreender, do seu ponto de vista, as alterações que possam ter contribuído para a construção do seu bem-estar subjetivo. Apelamos neste trabalho à participação das crianças na investigação (Fernandes, 2016), aspeto que caracteriza o percurso das investigadoras na investigação com crianças (Barra & Pinto, 2020; Sani, 2011). Embora cientes de que as crianças muito novas poderão não conseguir expressar, pela oralidade ou escrita, a sua noção de bem-estar subjetivo, buscamos perceber, dentro do universo das que foram convidadas e decidiram participar, como descrevem o seu bem-estar subjetivo e como contribuem para o mesmo (Ben-Arieh & Frønes, 2007).

Sabendo como os desafios da atualidade, trazidos quer por crises pandémicas quer pela evolução das tecnologias, interferem com o bem-estar de todas as pessoas, foi de particular interesse neste trabalho compreender o bem-estar subjetivo das crianças no período da pandemia ocasionada pela COVID-19, bem como o impacto no seu futuro.

1.2. INVESTIGAÇÃO PRÉVIA

A investigação aqui apresentada teve sempre subjacente a exigência de conceber estratégias consentâneas com a situação de confinamento a que as crianças estavam sujeitas na altura do desenvolvimento da pesquisa. Segundo Lobe et al. (2020), a situação pandémica que vivemos exige que os pesquisadores explorem a experiência vivida de pessoas que enfrentam esses tempos desafiadores, pois continua a ser fulcral produzir conhecimento sobre esta problemática, apesar de terem de ser respeitadas as normas de saúde pública, que exigem distanciamento social.

Na investigação qualitativa, dada a natureza dos instrumentos de recolha de dados – como são, por exemplo, as entrevistas, os grupos focais, ou ainda a observação –, os tempos de confinamento vieram colocar desafios acrescidos ao seu uso. A mobilização de ferramentas digitais ofereceu novas oportunidades para a realização de pesquisas qualitativas (Archibald et al.,

2019), sendo que, tal como referem Lobe et al. (2020), as entrevistas e os grupos focais *online* são versões de métodos tradicionais, usando locais de internet em vez da interação face a face. Os métodos *online* podem ser bastante atraentes devido a características como conveniência, eficiência, custo-benefício e flexibilidade (Horrell et al., 2015; Lobe et al., 2020).

Importa, ainda, atender a cuidados éticos acrescidos nestas dinâmicas, nomeadamente os relacionados com a segurança das plataformas de comunicação, o respeito pela confidencialidade e o anonimato dos participantes da investigação, assegurando todas as regras decorrentes da Proteção de Dados (Lobe et al., 2020). De referir ainda a necessidade de pensar sobre os modos de obter o consentimento informado das crianças e dos adultos por elas responsáveis, aspetos que foram ponderados no estudo que aqui apresentamos.

2. MÉTODO

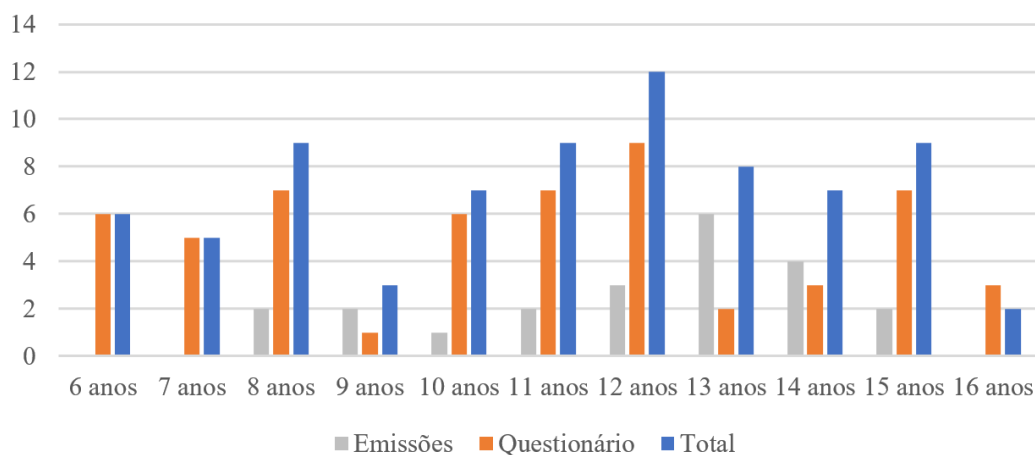
O estudo realizado teve um carácter descritivo e exploratório, na medida em que pretendíamos conhecer e caracterizar as experiências subjetivas das crianças portuguesas no período concreto de confinamento devido à pandemia gerada pela doença COVID-19. A investigação levada a cabo foi de natureza transversal, tendo reunido dados de carácter quantitativo e qualitativo.

2.1. PARTICIPANTES

Participaram neste estudo um total de 86 crianças portuguesas (46 raparigas e 40 rapazes) entre os 6 e os 16 anos, cuja distribuição etária se pode visualizar no Gráfico 1. A constituição da amostra para este estudo ocorreu por amostragem não probabilística, designadamente por conveniência, considerando-se como critérios de inclusão dos participantes que fossem crianças, de ambos os sexos, de nacionalidade portuguesa e com idade entre os 6 e os 16 anos.

Gráfico 1

Distribuição Etária das Crianças Participantes no Estudo



Esta amostra decompôs-se em dois subgrupos:

- 56 crianças participaram através de inquérito, sendo a maioria rapazes (55.4%), sobretudo da região norte de Portugal ($n=49$), especificamente dos distritos de Braga ($n=22$) e de Bragança ($n=20$);
- 30 crianças participaram através de grupo focal em emissões de Rádio, sendo, destas, 21 raparigas e nove rapazes, a maioria pertencendo à região sul de Portugal continental, distribuídas pelos distritos de Leiria (Bombarral), Lisboa (Cadaval, Carregado, Póvoa, Algés) e Oeiras (Barcarena), e algumas pertencentes a distritos do centro do país (Coimbra, Canas e Lousã).

2.2. INSTRUMENTOS

A recolha de dados ocorreu de forma complementar através de um “Questionário sobre o bem-estar das crianças em tempo de pandemia”, desenvolvido e disponibilizado entre 08.06.20 e 28.07.20, através da plataforma Google Docs, bem como através da realização de “debates temáticos” com as crianças, em parceria com a Rádio Miúdos¹, num total de 6 horas de emissão em direto.

Para ambos os instrumentos, designadamente o questionário e os debates, foi desenvolvido um conjunto de tópicos e/ou questões abertas que possibilitassem a recolha de informações em quatro dimensões do bem-estar da criança (saúde, educação, relacionamentos e satisfação com a vida). Estas dimensões foram previamente escolhidas e trabalhadas pelas investigadoras considerando a literatura mobilizada para este estudo (e.g. OECD, 2009), bem como tendo em conta os objetivos que se pretendia atingir com a realização da pesquisa.

2.3. PROCEDIMENTOS

Na concretização do estudo contamos com o apoio do Centro de Investigação em Estudos da Criança (CIEC) da Universidade do Minho (Braga), no qual se integram as autoras do estudo, e do Instituto de Educação da mesma instituição de ensino – em particular, do projeto “Trancadas em Casa” (<https://www.trancadasemcasa.pt/>), no qual esteve alojado o inquérito. Contamos também como o apoio da “Rádio Miúdos”, que participou de forma ativa, adaptando três emissões de rádio para a realização de sessões de debate sobre os temas propostos para esta pesquisa.

A efetiva concretização do estudo esteve ainda sujeita a apreciação prévia pelos progenitores e/ou responsáveis legais das crianças, os quais após conhecimento dos objetivos, dos conteúdos e dos procedimentos metodológicos que seriam adotados, deram o seu consentimento informado, autorizando a participação dos seus educandos.

Os dados obtidos são todos provenientes dos autorrelatos das crianças, que, diretamente, de forma escrita ou falada, se pronunciaram livremente sobre a sua experiência de bem-estar durante o período de quarentena. Todas as crianças foram informadas sobre o estudo, as questões do mesmo e o modo como este iria decorrer, tomando a decisão livre de nele participar ou não,

1. A Rádio Miúdos é a primeira rádio portuguesa feita por e para crianças, a qual iniciou as emissões experimentais em novembro de 2015. É uma rádio exclusivamente online, com emissão 24 horas/7 dias por semana (<https://www.radiomiudos.pt/index.php?cont=10&page=1>).

sendo ainda informadas de que poderiam desistir caso assim o entendessem, sem qualquer prejuízo para elas.

Os dados provenientes dos grupos focais na Rádio Miúdos foram gravados e objeto de transcrição para posterior análise de conteúdo temático. Os dados obtidos através do questionário foram armazenados numa base de dados em Excel e tratados no seu conjunto, de modo quantitativo e qualitativo, tendo em consideração as áreas temáticas em análise. Relativamente ao tratamento de dados, o *corpus* de análise foi sujeito a uma análise categorial fechada, com contabilização de registos e uma extração de subcategorias que emergiram dos registos semânticos. Foram garantidos o anonimato e a confidencialidade da informação recolhida, a qual foi trabalhada, única e exclusivamente, pelas investigadoras do estudo. Por essa razão, as narrativas das crianças serão aqui apresentadas com a referência “Q” quando pertencem aos participantes no questionário e com a referência “R” quando provenientes das transcrições dos debates na Rádio Miúdos.

3. RESULTADOS

O Quadro 1 apresenta as quatro dimensões de análise do bem-estar subjetivo, estabelecidas por procedimento dedutivo baseado na revisão da literatura no tema, e as nove categorias emergentes da análise indutiva do conteúdo das respostas dadas pelas crianças, quer escritas no questionário quer transcritas dos registos áudio da rádio.

Quadro 1

Dimensões de Bem-Estar Subjetivo e Categorias de Análise

Dimensões bem-estar subjetivo	Categorias identificadas
Saúde	Cuidados em relação ao exercício físico
	Cuidados em relação à higiene e vigilância sanitária
	Saúde mental
	Cuidados em relação à alimentação
Escola	Relação com a escola
Relacionamentos	Relação com a família
	Relação com os amigos
Satisfação com a vida	Sentimentos
	Relação consigo próprio

Antes de se avançar para a exposição de cada uma das categorias, cabe aqui tecer algumas considerações sobre o desdobramento que se julgou necessário efetuar relativamente às categorias estabelecidas *a priori* no estudo e aquelas que emergiram da análise das palavras das crianças.

Assim, na dimensão ‘Saúde’ houve a necessidade de dar conta de outros aspetos das vidas das crianças, referenciados frequentemente quer

pelos participantes nas emissões da Rádio Miúdos, quer pelos respondentes ao questionário. Ou seja, para além do foco nos cuidados em relação à alimentação, exercício físico e higiene, houve que incluir a análise de múltiplas referências relativamente à vigilância sanitária, à saúde mental e ainda “outras atividades” percecionadas pelas crianças como promotoras de bem-estar físico, mental e social.

À dimensão ‘Escola’ correspondeu a ‘Relação com Escola’, ou seja, não se sentiu necessidade de alocar outras categorias, embora sejam numerosas as subcategorias criadas: ‘Adaptação à escola’; ‘Estratégias e soluções’; ‘Relação com professores’; e ‘Organização do estudo’.

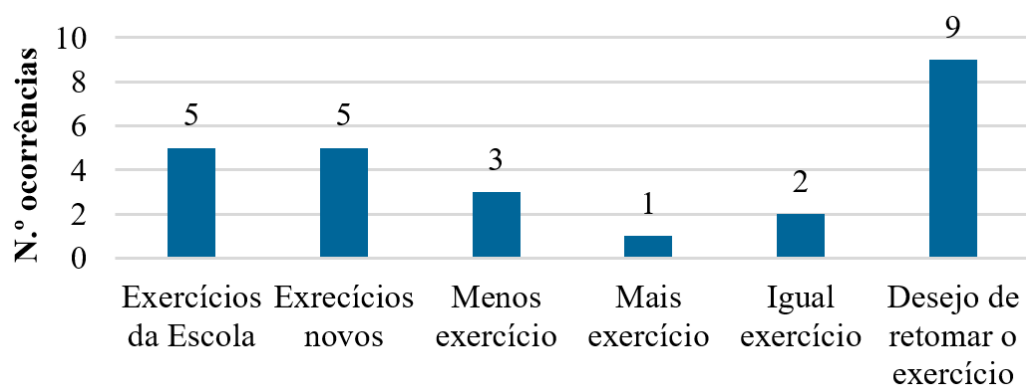
A dimensão ‘Relacionamentos’ por si só não dava conta das referências diferenciadas das crianças em muitos testemunhos, pelo que se entendeu desagrupá-las em duas categorias: ‘Relação com a família’ e ‘Relação com os amigos’. Sobre esta última categoria, é importante também explicar que não é, muitas vezes, possível distinguir se as crianças nos estão a falar de amigos ou dos colegas da escola, pelo que estas referências foram incluídas aqui (relacionamento com amigos ou pares) e não na dimensão ‘Escola’.

Finalmente, na dimensão ‘Satisfação com a Vida’, embora as referências das crianças durante as emissões da Rádio, assim como as questões do questionário, proporcionassem a expressão de ‘Sentimentos’, houve a necessidade de criar uma categoria específica para as referências sobre a ‘Relação consigo próprio’, pois em muitos momentos as crianças fizeram observações/reflexões sobre os seus pensamentos e (re)ações, assim como sobre as mudanças que iam verificando nas suas ideias e nos seus comportamentos, antes e depois de conhecerem o confinamento e todas as mudanças nas suas vidas, causadas pela pandemia.

3.1. BEM-ESTAR SUBJETIVO DAS CRIANÇAS EM TEMPOS DE PANDEMIA: A SAÚDE

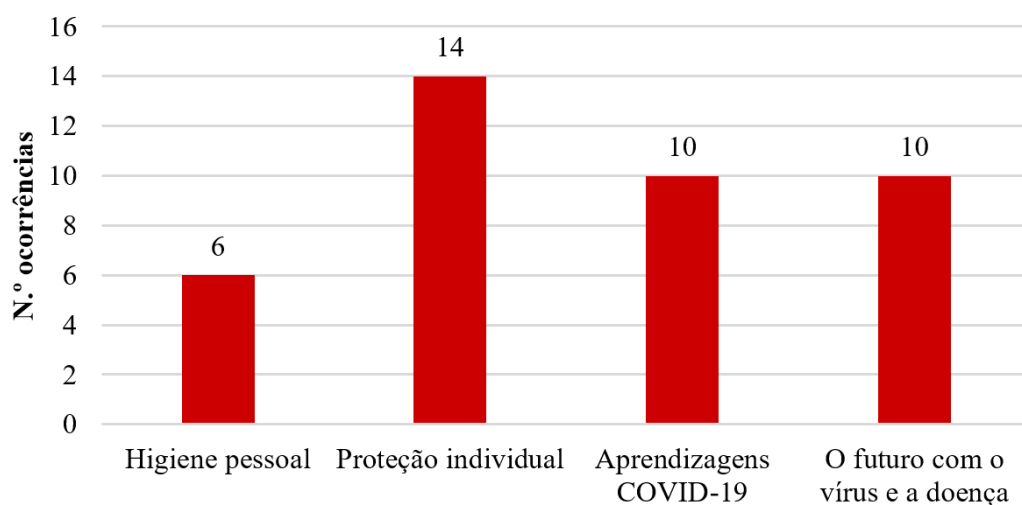
As crianças inquiridas durante o debate na rádio, quando falam da dimensão ‘Saúde’, fazem referência às categorias sobre exercício físico, higiene e vigilância sanitária, bem como à saúde mental. São quase inexistentes as referências às questões da alimentação.

Nos cuidados em relação ao “exercício físico” (cf. Gráfico 2), o que as crianças mais valorizaram foi o “desejo de retomar o exercício físico”, sendo menos significativas as ocorrências relativamente ao “exercício físico da escola” e as (re)descobertas de novas formas de se exercitar, tal como nos explicam as próprias crianças: “A única coisa que eu tenho feito são as aulas de educação física” (R11, 13 anos); “Também ando a fazer exercícios com aplicativos no meu telemóvel” (R24, 13 anos). Poucas crianças mantiveram as suas práticas desportivas ou incrementaram as suas práticas de exercício físico, sendo exceção aquelas que realizam atividade física no âmbito da competição, tal como testemunha uma das adolescentes: “Eu, no meu caso, pratico dança, por isso eu não posso parar” (R3, 13 anos).

Gráfico 2*Cuidados em Relação ao Exercício Físico*

Os cuidados em relação à “higiene e vigilância sanitária” (cf. Gráfico 3) traduzem em muito a informação veiculada pela Direção Geral de Saúde portuguesa, através da comunicação social (e.g., “ficar em casa”, “lavar as mãos”, “usar máscara”, “manter a distância” e “usar álcool gel”), para evitar o contágio e a propagação do coronavírus. Estes são os cuidados que mais integram o discurso das crianças, revelando que a informação relativa à proteção individual foi assimilada e reproduzida por elas, sendo na maioria das vezes a única resposta dada à questão sobre a saúde. As seguintes palavras são elucidas a este propósito:

Olhem, para mim, eu acho que uma das coisas que mudou é que agora há um frasquinho de gel desinfetante por todo lado, pela casa toda: passamos num lado, desinfeta as mãos, no outro, desinfeta as mãos. Acho que isso foi o que mudou mais. Depois, também temos um ‘sítiozinho’ onde guardamos as máscaras, luvas, enfim. (R1, 11 anos)

Gráfico 3*Cuidados em Relação à Higiene e Vigilância Sanitária*

As narrativas na rádio e as respostas no questionário deram ênfase às reflexões sobre a “saúde mental”, tendo sido as próprias crianças a introduzir o tópico ou a explicitar o que entendem por saúde, como podemos ver nos seguintes exemplos: “[a saúde] É muito mais do que apenas física” (Q9, 15 anos); “Eu gosto de brincar com meus amigos mas não posso, e brincar é saúde” (Q21, 11 anos). Neste mesmo sentido, surgem, por vezes, propostas (cf. Gráfico 4) para aumentar o seu bem-estar e a própria sanidade mental, como é visível nas seguintes afirmações:

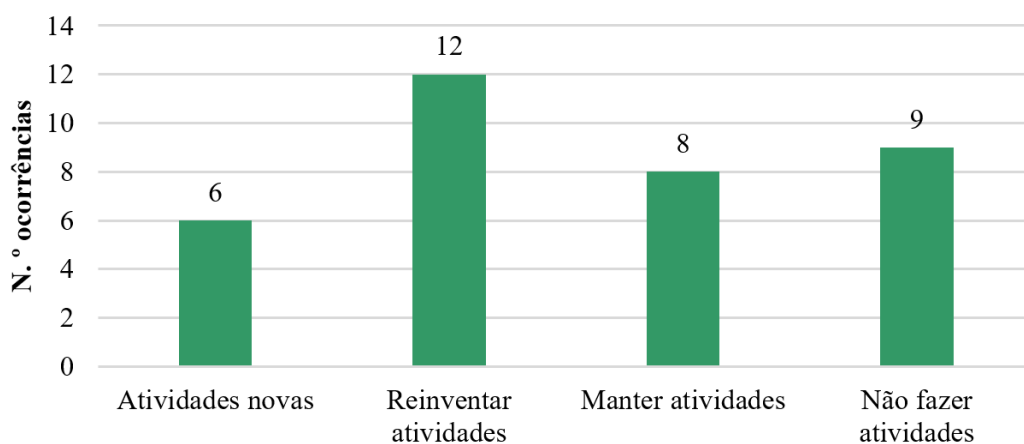
Pensar naquilo que eu tinha controle e não naquilo que não tinha, que era o COVID e as mortes... fez-me tranquilizar. Não sei se falo só por mim, mas eu acho que isso é a parte mais importante, é aprender como lidar. (R4, 14 anos)

Eu decidi mesmo evitar a televisão às horas de comida, não víamos. Víamos programas de casa ou algo que nos distraísse, como aqueles de pessoas a remodelar casas, porque estava mesmo assim um bocadinho mal, na altura. (R3, 13 anos)

Em termos de saúde mental é uma coisa que me preocupa porque, é assim, nós estamos em casa e claro que ficar em casa e não poder sair de casa vai mexer com a nossa saúde mental e física também (...). Nós precisamos de sair para não darmos em doidos, literalmente! (R9, 13 anos)

Gráfico 4

Cuidados em Relação à Higiene e Vigilância Sanitária



O convívio e os relacionamentos em geral (para além da família e pessoas da escola) foram entendidos pelas crianças como fundamental. Segundo estas, a atenção e o carinho eram determinantes para a saúde mental, como testemunham alguns dos participantes:

E espero que isto melhore para que nos próximos tempos possamos aproveitar ao máximo, como já estávamos habituados e estávamos todos aos abraços e aos beijinhos, que eu tenho muitas saudades disso! (R12, 15 anos)

Para muitas pessoas pode ter sido, infelizmente, esta quarentena, uma porta aberta para problemas mais psicológicos, depressão e assim. Ainda para mais, não ter o suporte que eles esperariam ter de certas pessoas pode ter piorado a questão. (R4, 14 anos)

De acordo com os dados analisados, em geral, a saúde da família era a primeira fonte de preocupação durante a pandemia de COVID-19, seguida da saúde de amigos e, depois, da de membros da família alargada (primos, tios). Os animais de estimação e a própria saúde surgem com poucas menções.

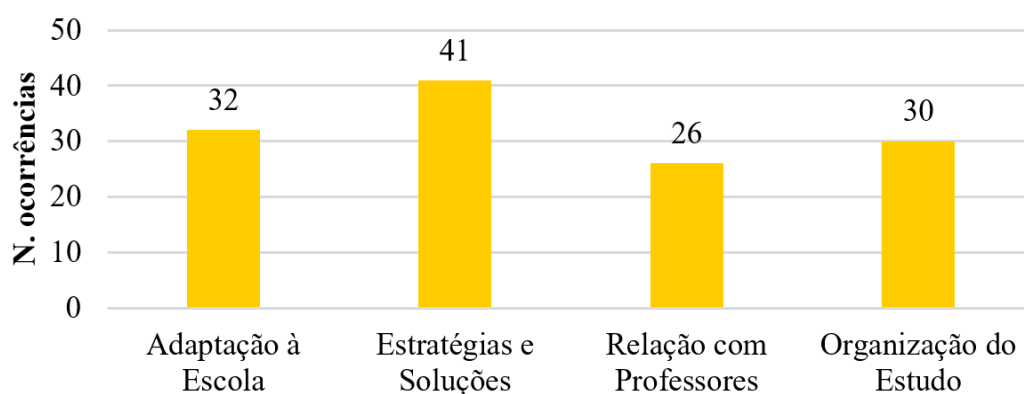
3.2. BEM-ESTAR SUBJETIVO DAS CRIANÇAS EM TEMPOS DE PANDEMIA: A ESCOLA

A dimensão 'Escola' surge como a segunda mais referenciada pelas crianças durante o período de confinamento devido à pandemia de COVID-19. Os discursos das crianças na rádio versam sobretudo sobre “estratégias e soluções” (cf. Gráfico 5) para enfrentar obstáculos no decorrer do período da escola online, como se exemplifica com as seguintes palavras:

Quando há problemas na Net na minha turma (...) eu costumo ficar com o telemóvel para ela [a minha colega] ver a aula. (R3, 13 anos)

Eu não sei se tinha que ser necessariamente sempre nesta caixinha... nós podíamos começar a fazer aulas ou no jardim, ou na praia, e eu estou-me a ver perfeitamente a ter uma aula na praia, não é problema nenhum. (R16, 13 anos)

Gráfico 5
Relação Com a Escola



Um outro grande grupo de registos é relativo à “adaptação à escola”, no qual constam narrativas das crianças que registam desagrado ou tristeza pela experiência da escola *online*, como refere R17:

Ao início foi um choque... era uma semana de aulas normal e depois disseram-nos que não íamos ter mais aulas e não sabíamos como é que as coisas iam resultar! E depois tivemos que começar a ter aulas através do Zoom, no Google Meet, nessas plataformas todas que nós não conhecemos, então era tudo muito confuso. (R17, 14 anos)

Pudemos, ainda, registar sentimentos de alívio, quando chegou o término das aulas e o início das férias de verão.

As crianças partilham, também, as perceções sobre a “adaptação à escola” por parte dos seus pais e professores, assim como sobre quais as estratégias e soluções por eles encontradas para contornar algumas dificuldades:

Sabes o que é que nós dizíamos bué no início? Que era para os professores carregarem em Alt F4, sabes o que é? (R9, 13 anos)

Ya! É para fechar o separador do Google... (...). Eu acho que até foi cómico, sabes, tipo, tinha bué piada ver os stores a tentar e depois... [risos]. (R3, 13 anos)

A ‘Organização do estudo’ foi outra das subcategorias que emergiu das narrativas das crianças na rádio e que pareceu ter algum peso no quotidiano das crianças confinadas nas suas jornadas escolares. Houve registos que testemunharam alguma ansiedade relativamente às mudanças que se impuseram na organização das tarefas escolares e outros que, simultaneamente, demonstraram a capacidade de resiliência e adaptação das crianças:

Nas primeiras duas semanas foi um pouco difícil, porque o sistema ainda estava bastante desorganizado. Mas as coisas melhoraram com o tempo e foi fácil organizar o estudo. (Q23, 14 anos).

A escola tem facilitado a nossa organização, pois todas as semanas enviam-nos uma grelha, onde diz os *links* para entrarmos nas reuniões, o que vamos estudar e que exercícios temos de resolver. Por isso, a organização tem sido fácil. (Q44, 15 anos)

No questionário, ainda relativamente à organização do estudo à distância, as crianças foram convidadas a assinalar o seu nível de concordância com a afirmação “Foi fácil organizar as minhas horas de estudo, porque tive ajuda”, sendo que quase metade das crianças (46.4%) disse estar de acordo com a afirmação, 33.9% disse concordar “mais ou menos” e 17.9% referiu não concordar. Estes resultados surgem corroborados pelas respostas à afirmação “Foi difícil organizar as minhas horas de estudo, porque fiz tudo sozinho(a)”, a qual obteve uma percentagem de 66.1% de discordância.

Relativamente à “relação com os professores”, na globalidade das respostas (rádio e questionário) as crianças referem o afastamento sentido, os momentos de diversão vivenciados e a sensibilidade que experimentaram face às dificuldades dos professores devido às mudanças na escola causadas pela pandemia de COVID-19.

De acordo com as respostas ao questionário, as crianças (sobretudo as mais novas) consideram que a sua relação com os professores piorou, como se pode verificar nos seguintes testemunhos: “Não melhorou nada. Piorou, pois falo menos com o professor” (Q4, 6 anos); “Estou mais distante deles e a forma de aprender é mais difícil” (Q29, 8 anos); “Os professores são mais chatos *online*” (Q26, 13 anos). Em resposta à afirmação “Na escola os professores escutam o que eu digo”, metade das crianças (50%) concorda.

Nos debates na rádio emergiram também narrativas de compreensão e apoio aos professores durante os tempos de confinamento, tal como podemos ler nas palavras deste participante: “Acho que com o tempo os professores conseguiram-se adaptar e acho que nós também conseguimos nos adaptar ao ensino à distância” (R22, 13 anos). As crianças foram sensíveis à situação que se atravessava, e a seguinte declaração é um exemplo demonstrativo de empatia:

Até acho que os professores não conseguem tomar tanta atenção aos alunos porque eles estão a tentar a olhar para, no meu caso, 23 blocos ali para ver! E estão sempre a avisar x para ligar câmara e não sei quê... e numa sala eu acho que as coisas já são mais controladas. (R2, 13 anos)

Houve também narrativas de avaliação sobre as *performances* dos professores no que diz respeito ao ensino *online*, como nos conta um dos participantes:

Na verdade, até, no outro dia, um professor estava sempre a desligar o microfone e estava sempre a sair da chamada, mas depois dizia que era a Net que estava a cair... então, esse tipo de coisas acontece regularmente, pelo menos na minha turma... (R14, 12 anos)

3.3. BEM-ESTAR SUBJETIVO DAS CRIANÇAS EM TEMPOS DE PANDEMIA: OS RELACIONAMENTOS

Na dimensão ‘Relacionamentos’ destacou-se a análise ao bem-estar na “relação com a família” e na “relação com os amigos”.

No geral, as crianças fazem muitas referências à família (e.g., terem passado muito mais tempo em família) e apontam como aspetos positivos o sentimento de segurança por estarem em sua casa e sentirem-se escutados pelos seus pais, tal como é perceptível através do que nos conta R12:

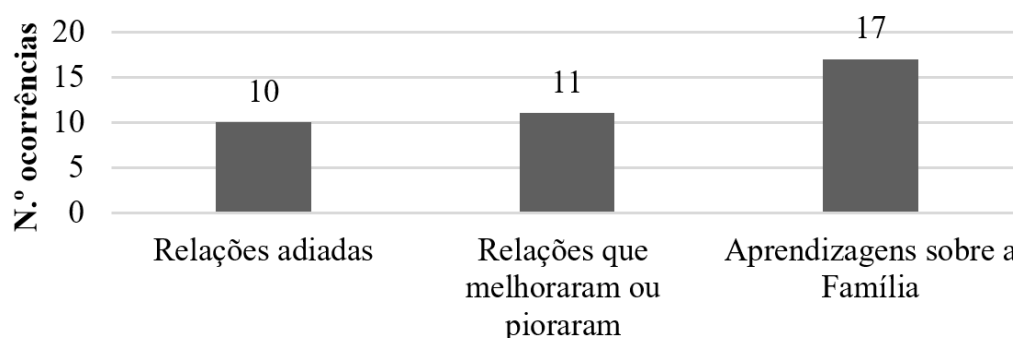
Nós estávamos juntos a correr no pequeno-almoço e depois para jantar e pronto... não havia muita comunicação. Agora, é inevitável, não é? Estamos aqui, fechados, os quatro na mesma casa. Eu acho que

nos aproximou, sim, quebrou essa distância que, eu acho, tínhamos. Mas a certa altura eu já estava às turras com o meu irmão, já não nos podíamos ver um ao outro! Mas eu vejo, é sem dúvida alguma, o meu balanço é positivo. (R12, 15 anos)

Das referências à família, as narrativas das crianças na rádio evocam mais as “aprendizagens sobre a família”, fazendo apreciações sobre um “antes” e um “depois” do confinamento, e menos a qualidade das relações, ou “relações que melhoraram ou pioraram” (cf. Gráfico 6).

Gráfico 6

Relação Com a Família



No questionário, perante a afirmação “É bom estar tantas horas junto da minha família”, mais de 67.9% das crianças dizem estar de acordo, ou seja, terá sido bom o tempo passado com a família durante a pandemia. No entanto, 28.6% das crianças dizem concordar “mais ou menos” com a afirmação e 3.6% não concordam com ela.

Releva ainda o facto de cerca de 80.4% das crianças considerarem estar seguras em casa, existindo, porém, 19.6% que não sentem tal segurança.

Outro aspeto, também visível nos discursos de algumas crianças, está relacionado com o impacto positivo que teve nas suas relações familiares o tempo que passaram juntos:

Bem, eu acho que a minha relação em família melhorou um bocadinho, sim, deu para nos conhecermos melhor uns aos outros. Obviamente também já quero ir para fora, já quero conhecer outras pessoas, obviamente. (R5, 14 anos)

na minha opinião, eu acho que o tempo foi bom, até porque, estando assim afastada dos meus colegas e dos meus amigos, eu acabei por perceber que o carinho humano faz muita falta. (R10, 14 anos)

A “relação com os amigos” surge referenciada em relação a três aspetos: os amigos da escola, as estratégias de relacionamento e as dificuldades nos relacionamentos (cf. Gráfico 7).

As narrativas das crianças referem-se muito aos esforços encetados para que as amizades não se perdessem ou ficassem esquecidas demasiado tempo:

Eu ganhei um celular há pouco tempo e eu peguei o celular dos meus amigos e tento falar com eles pelo WhatsApp e pelo Zoom. (R15, 9 anos)

Eu nesta quarentena tive umas duas ou três amigas que fizeram anos e (...) levámos umas prendinhas, desinfetámos, levámos máscaras... Isto tem sido uma grande desculpa para as pessoas não se irem visitar umas às outras, não sei porquê. (R10, 14 anos)

Grafico 7

Relação Com os Amigos



No questionário, face à possibilidade de as crianças virem a conviver online com os amigos, 58.9% referem não gostar deste tipo de interação.

A referência a “amigos/colegas da escola” preenche muito as suas narrativas. Pesem embora os tempos de pandemia, o distanciamento físico obrigatório e as aulas *online*, as crianças encontraram formas de se divertir com os colegas e amigos e de se lembrar destes, tal como pode verificar-se pelas suas palavras:

Parece que falta um pedaço de ti, tás a ver? Porque, tipo, nas aulas cada um tem seu papel... (...). É o tipo brincalhão, o falador... (R9, 13 anos)

(...) muitas falhas de Net, realmente, e eles ficam assim parados no meio da conversa. Eu gosto de brincar quando eles estão a fazer isso (...). E até nos ajudamos assim por mensagem quando estamos a fazer trabalhos. (...). Era muito engraçado gozar com a cara deles... era muito engraçado nós rirmos uns dos outros! (R5, 14 anos)

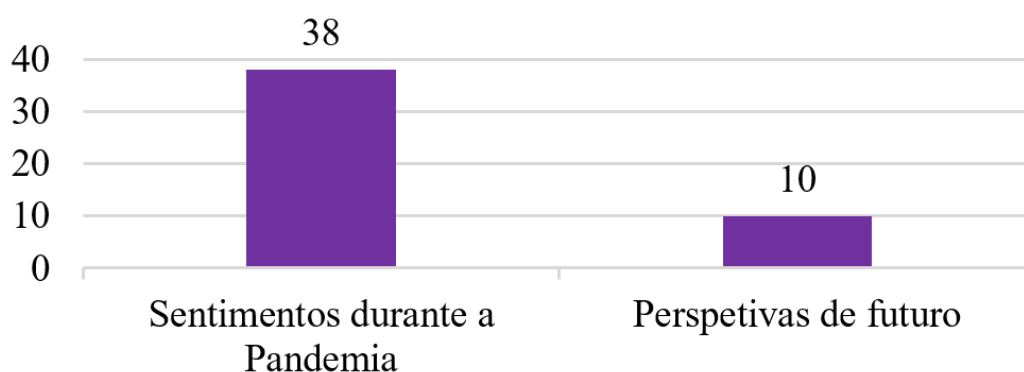
Todavia, embora em menor número, surgem também menções às “dificuldades nos relacionamentos”. Aqui incluem-se as queixas, os desabafos e a expressão de sentimentos de saudades e de tristeza relativamente ao afastamento que sentem dos amigos: “Não gosto de estar trancado em casa e não brincar com os meus amigos” (Q5, 6 anos); “Tenho saudades de brincar com eles” (Q20, 6 anos); “Eu não converso com meus amigos porque é proibido” (Q14, 8 anos).

3.4. BEM-ESTAR SUBJETIVO DAS CRIANÇAS EM TEMPOS DE PANDEMIA: A SATISFAÇÃO COM A VIDA

Na dimensão ‘Satisfação com a Vida’ emergem dos testemunhos das crianças, quer através das conversas na rádio, quer através do questionário, duas subcategorias: ‘Sentimentos’ e ‘Relação consigo próprio’.

Na categoria ‘Sentimentos’, após a análise dos dados que decorrem essencialmente das emissões de rádio, foi possível encontrar duas subcategorias: ‘Sentimentos durante a pandemia’ e ‘Perspetivas de futuro’, tal como pode observar-se no Gráfico 8.

Gráfico 8
Sentimentos



Na primeira subcategoria encontramos predominantemente sentimentos negativos relacionados com o mal-estar que o confinamento acarretou para as crianças, sendo frequentes as referências a emoções como a tristeza e a saudade:

Quase todos os meus amigos já começaram a sair uns com os outros normalmente, mas os meus pais não me deixam, e eu, por vezes, fico muito triste, pois estou ansiosa por os poder abraçar. Eu só posso sair com as medidas de segurança. Eu percebo, mas sinto-me de parte. (Q44, 15 anos)

Também com a antecipação de uma separação após o término das aulas, as palavras das crianças exprimem alguma ansiedade e preocupação:

Eu estou um bocadinho ansiosa [pelo fim das aulas], mas, por outro lado, estou um bocadinho triste porque vou deixar de ter reuniões, por exemplo, ou aulas com a minha professora e vou deixar de poder ver os meus amigos pelo computador, pelo telefone e pela internet. (R13, 8 anos)

Eu estou tão triste que as aulas vão acabar, nem acredito! Eu estou a falar muito a sério, porque as aulas vão acabar e o que é que eu vou fazer as férias todas? Nada! Vou ter saudades da escola! (R4, 14 anos)

Um grupo menor de crianças identifica sentimentos positivos durante a pandemia, revelando resiliência nas suas reflexões: “É um bocado difícil, mas isto está a passar (...), é o que nós temos que pôr na cabeça: vai demorar o tempo que demorar mas vai passar” (R10, 14 anos); “Vai passar rápido, agora é só mais uma semaninha! [para acabar o ano letivo]” (R2, 13 anos).

Dos dados obtidos através do questionário, foi também possível encontrar cerca de 33.9% das crianças que referem que são as preocupações que dominam os seus pensamentos, enquanto 46.4% apontam que as preocupações as assolam “mais ou menos” e somente 19.6% revelam que os seus pensamentos não são sempre de preocupação.

Ainda no que diz respeito à subcategoria ‘Sentimentos durante a pandemia’, foi possível encontrar um outro conjunto de narrativas das crianças, cuja subcategoria se designou de ‘Perspetivas de futuro’. Nas projeções para o futuro as crianças falam de mudanças que consideram que irão acontecer, tal como refere uma das crianças: “As pessoas vão ter mais consideração com o que têm, com as pessoas da família, vamos dar mais atenção às pessoas e acho que vai melhorar. Depois desta pandemia a sociedade vai melhorar pela positiva” (R1, 11 anos). Outras narrativas refletem este mesmo entendimento:

Porque nós temos que perceber que isto não é assim que funciona, nós somos todos iguais e temos todos os direitos de viver no mesmo planeta de formas iguais. E acho que esta quarentena trouxe um bocado isso à memória, por termos mais tempo para pensar em assuntos. (R6, 14 anos)

Há, finalmente, no âmbito das ‘Perspetivas de futuro’, um grupo de crianças que o projeta para além da pandemia de COVID-19, sustentando o importante papel que terão nele:

Nós temos que perceber que os miúdos também têm palavra no meio disto tudo, porque as crianças, jovens e adolescentes eles também são pessoas e nós temos que levar a sério. Os adultos têm de olhar para as crianças como alguém que também tem voz, têm uma opinião, e muitas vezes não é só uma coisa que eles ouviram, é algo que eles acreditam e pode estar certo, não é? (R4, 14 anos)

Então, se por acaso alguém do parlamento ou ligado à política nos estiver a ouvir, eu acho que era mesmo muito importante termos crianças lá, a ouvir e a falar, a terem voz! Mas, se vocês repararem, a conversa que nós estamos a ter aqui é uma conversa perfeitamente adulta e que poderia perfeitamente ajudar muita gente a sentir-se bem, ou abrir um bocado os olhos, não é? É uma expressão que nós utilizamos bastante. (R10, 14 anos)

Ainda relativamente à dimensão ‘Satisfação com a Vida’ e ao sentimento de bem-estar, os resultados do questionário revelaram que 42.9% das crianças se sentiram “mais ou menos”, tendo sido por vezes revelado o porquê deste sentimento ambivalente: “Porque, apesar de tudo, pelo menos eu tenho

saúde e estou junto da minha família” (Q47, 12 anos); “É secante e desmotivador estar em casa, ir para o telemóvel parece a melhor coisa a fazer, mas até isso é entediante agora!” (Q18, 14 anos). Para além destas respostas, 37.5% das crianças disseram sentir-se “bem” e 12.5% “muito bem”. Somente uma criança referiu ter-se sentido “muito mal”, justificando:

Eu tenho uma casa, comida e família. Tenho brinquedos para brincar. Fico triste porque sei que muitas pessoas estão passando fome, frio, não têm casa, nem comida. Tem crianças que comiam na escola e agora estão em casa sem o alimento. Isso é triste. (Q13, 8 anos)

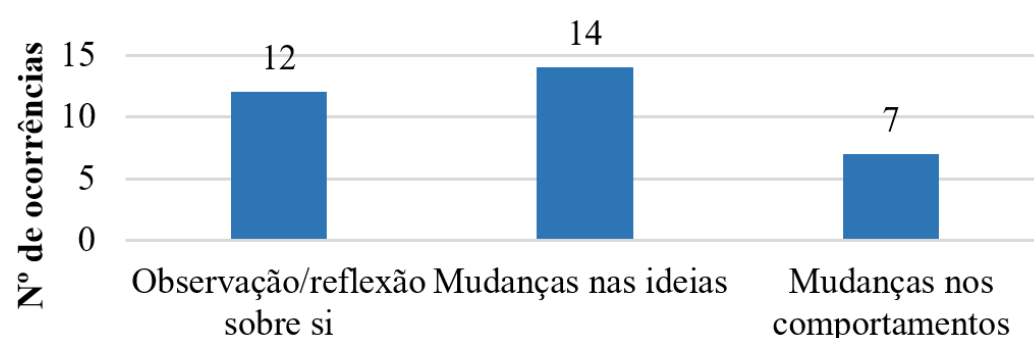
A maior parte dos registos analisados dá conta de mudanças na forma de pensar sobre si, sobre os outros e sobre os acontecimentos em geral, estabelecendo um paralelismo com as ideias que possuíam antes da pandemia e a situação vivida devido ao confinamento obrigatório. As seguintes palavras exemplificam esta autoanálise e reflexão que as crianças fizeram:

Nós todos, quando estávamos na escola, dizíamos assim: - “Eh, a escola é uma grande seca, quero estar em casa e não sei quê, não sei quê...”. Só que agora... nós agora estamos aqui em casa e pensamos que isto é uma seca! (R14, 12 anos)

E foi logo o que me preocupou, era se eu realmente iria conseguir suportar esta quarentena. Mas a verdade é que foi totalmente o contrário e eu fiquei muito feliz, porque, como eu estava muito mais tempo sozinha, tinha muito mais tempo também para pensar e controlar a minha cabeça. (R4, 14 anos)

Gráfico 9

Relação Consigo Próprio



Percebemos, assim, que o tempo de confinamento deixou simultaneamente mais tempo às crianças e jovens para que fizessem sobre si próprios algumas reflexões. Estes pensamentos recaem sobretudo sobre o seu bem-estar psicológico, ou de equilíbrio mental, quando referem, por exemplo, que através da reflexão sentiram “mais controlo sobre mim mesma, sobre as minhas atitudes” (R12, 14 anos); ou, inversamente, quando testemunham: “não me consegui controlar e comecei a sofrer mais disso, e é horrível!” (R10, 14 anos).

Quando numa questão aberta pedimos às crianças que nos digam algo sobre os pensamentos que as preocupavam, como referido anteriormente, obtivemos apenas 15 respostas – por exemplo: “São às vezes ruins. À noite tenho medo de dormir” (Q53, 6 anos); “Às vezes tenho medo, a minha mãe é enfermeira” (Q51, 7 anos); “Eu penso positivo, quero ser jogador de futebol” (Q21, 11 anos).

Poucas foram as crianças que responderam não sentir mudanças nos seus pensamentos, e adjetivos como “maus”, “assustadores” ou “ruins” misturaram-se equilibradamente com respostas que revelam pensamentos positivos e esperança no futuro, indicando também confiança na sua segurança e bem-estar.

4. DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Os resultados que aqui apresentamos decorrem do primeiro confinamento que aconteceu em Portugal, entre março e maio de 2020. No momento de redação deste documento vivemos mais um confinamento, decorrente da terceira vaga de infeção, a qual confinou mais uma vez as crianças em casa. Por esse motivo, consideramos que estes dados assumem uma relevância significativa no sentido de nos darem pistas para pensar de que forma poderemos organizar as nossas práticas com as crianças, sejam elas profissionais ou familiares, de modo a respeitar o seu bem-estar e os seus direitos.

Para a realização deste estudo foram mobilizados os princípios orientadores de pesquisa com crianças, nomeadamente a salvaguarda da sua voz e das suas opiniões (Barra & Pinto, 2020; Fernandes, 2016; Sani, 2011), de modo a conhecer as interpretações desta população a respeito do seu bem-estar subjetivo e as formas de favorecê-lo (Ben-Arieh & Frønes, 2007). Para tal, as investigadoras utilizaram ferramentas digitais e interativas (e.g., inquérito e sessões *focus group* na rádio *online*), seguindo de perto as recomendações de vários autores (Archibald et al., 2019; Horrell et al., 2015; Lobe et al., 2020), dadas as limitações inerentes ao necessário confinamento devido à pandemia COVID-19.

Os resultados obtidos nesta investigação com crianças mostram que, relativamente à primeira situação de confinamento, o seu bem-estar subjetivo tem, sobretudo, por referência o domínio da saúde. Entre os vários subtemas emergentes, a prática de exercício físico ou as novas formas de o concretizar dominam as narrativas das crianças. Assim, à exceção dos poucos casos em que o exercício físico regular se mantinha devido a atividades de competição, o discurso das crianças girava em torno do desejo de se manterem ativas e retomarem o exercício regular que antes tinham. Este é um dado consistente com estudos em outros países, como Espanha (Idoiaga Mondragon et al., 2021) ou Reino Unido (Urbina-García, 2021), revelando, à semelhança do que referem Kolh et al. (2013), que o dia a dia das crianças deixou de estar marcado pelo desporto, pelo lazer e convívio, mas que isso para elas era algo importante para se sentirem bem.

Ainda neste domínio da saúde, uma outra dimensão emergiu: a saúde mental. De acordo com as crianças, a saúde mental pode ser afetada pela quebra das rotinas de vida escolar e adoção de outros hábitos (Caffo et al.,

2020; Hoffman & Miller, 2020), assim como pela diminuição nos contactos presenciais e demais medidas impostas pelas circunstâncias pandémicas. Assim, as crianças descrevem a importância de saber gerir as preocupações e situações que vêm perturbar o seu bem-estar psicológico, quer estas estejam relacionadas com a sobreinformação e os alertas contínuos sobre o problema, quer pela subestimulação sensorial relacionada com os afetos (abraços e contacto físico) com a família e amigos. Estes dados são consistentes com estudos que revelaram como a privação de convivência e rotinas produz alterações no nível de bem-estar das crianças em confinamento (Urbina-García, 2021). Segundo Idoiaga Mondragon et al. (2021), as crianças relatam que se sentem felizes e relaxadas com a família, mas também se sentem assustadas, nervosas e preocupadas com a pandemia e com a possibilidade de os seus parentes serem infetados. Sentem-se, ainda, tristes e solitárias porque não podem ficar com os seus amigos, avós, e outros parentes.

A segunda dimensão mais referenciada pelas crianças está relacionada com a escola e, a este propósito, são mais relevantes as referências que fazem ao modo como se adaptaram à escola e organizaram o seu estudo, assim como as estratégias e soluções que encontraram para enfrentar os obstáculos de um ensino à distância, indo ao encontro de outras investigações, nomeadamente a de Dove et al. (2020). Os resultados revelaram desagrado e tristeza das crianças pela nova experiência da escola *online*, sobretudo pelas mudanças que se impuseram na organização das tarefas escolares, o aumento do volume de trabalhos para casa e a multiplicação de plataformas digitais às quais passaram a ter de estar atentas. As crianças fazem avaliações sobre as *performances* digitais dos professores, a justiça dos métodos de ensino-aprendizagem adotados, demonstrando, ainda, empatia e reconhecendo o esforço desenvolvido pelas escolas, professores e pais. Neste sentido, para que a escola continue a satisfazer outras necessidades das crianças, além das académicas (Hoffman & Miller, 2020), reveste-se de particular relevância que as crianças sejam auscultadas relativamente à sua organização e funcionamento, na modalidade à distância e/ou presencial.

A terceira dimensão identificada tem a ver com os relacionamentos e, neste contexto, surge a relação com a família, onde se destaca a ideia de que o período de confinamento foi um momento de aprendizagens sobre novos modos de viver em família. O tempo que as crianças passaram em família acarretou mudanças positivas nos relacionamentos e nas rotinas, ou mesmo nas atividades que tiveram a oportunidade de realizar em conjunto com os membros familiares, tal como aponta também o estudo de Dove et al. (2020). No que diz respeito à relação com os amigos, a ideia que sobressai com mais força é a de que as formas de comunicar *online* não são satisfatórias e limitam muito as suas relações. No entanto, as crianças mais velhas parecem não ter abdicado de qualquer oportunidade para o convívio, mesmo que virtual, e para brincar e inventar brincadeiras com os amigos e colegas das salas de aula virtuais.

Finalmente, na última dimensão relacionada com a satisfação com a vida, as crianças identificam sentimentos essencialmente negativos durante a pandemia, nomeadamente ligados com a tristeza e as saudades. No entanto, não deixam de demonstrar resiliência e, quando projetam o futuro,

identificam mudanças e melhorias, considerando que o período de confinamento lhes permitiu momentos de reflexão sobre si próprias, sobre os outros e sobre os acontecimentos em geral, antes e depois do confinamento.

5. CONCLUSÃO

A experiência de confinamento trouxe para o mundo, e designadamente para a vida das crianças, novas perspetivas e soluções. No que diz respeito ao bem-estar, a partir do estudo realizado reiteramos a necessidade de o considerar enquanto conceito multidimensional que, para ser mais bem traduzido, implica uma apreciação diretamente elaborada por cada pessoa, que expressará, dentro da subjetividade inerente à sua vivência, o seu grau de satisfação. Assim, estas crianças constroem a sua noção de bem-estar vinculando-se, não somente a elementos concretos relacionados com a exigência do confinamento, os cuidados a adotar para evitar o contágio, a procura de exercício físico, mas também a indicadores mais subjetivos, em domínios tão importantes para elas como o da saúde, por exemplo. O equilíbrio mental revelou ser um elemento importante do seu bem-estar em saúde, o qual depende muito da harmonia que consegue reunir noutros domínios, entre eles o domínio escolar e o dos relacionamentos interpessoais. O confinamento devido à pandemia criou múltiplos constrangimentos, obrigou a várias adaptações, mas permitiu reflexões e a elaboração de novas estratégias para os ultrapassar. As tecnologias de informação e comunicação (TIC) têm sido amplamente usadas, apreciadas ou depreciadas, consoante a interferência que foram produzindo no seu bem-estar.

O domínio escolar é um domínio fundamental para a caracterização do bem-estar das crianças e as rotinas que a escola propicia são determinantes para a manutenção dos contactos interpessoais com os pares e professores, sendo os mesmos desejáveis para o seu equilíbrio psicológico. Por essa razão, não obstante a maior proximidade com a família nuclear, as crianças rapidamente arranjam formas de ultrapassar os problemas do distanciamento daqueles de que mais gostam, usando as TIC a que diariamente recorriam para o ensino à distância.

No geral, as crianças expressam sentimentos negativos pela situação de confinamento e pelas implicações deste decorrentes, mas demonstram aprendizagens que se revelam importantes para as adaptações positivas no futuro e que mostram também o sentido cívico de quem se preocupa, não apenas com o seu bem-estar subjetivo, mas igualmente com o bem-estar do outro.

O estudo apresenta algumas limitações, relacionadas, desde logo, com a constituição da amostra, o que se refletiu num número reduzido de participações de crianças, designadamente no inquérito por questionário *online*. Pesem embora os esforços na sua divulgação, a falta de adesão das crianças (e encarregados de educação) a este tipo de instrumento de recolha de dados poderá ter limitado as conclusões a serem retiradas do estudo. O facto de ser uma recolha *online*, atendendo ao período, em que as crianças já acusariam alguma fadiga em relação às atividades realizadas *online*, poderá ter comprometido a existência de uma amostra mais numerosa. As emissões

de rádio, por outro lado, realizadas também *online*, foram bastante participadas. Esta metodologia revelou-se muito importante, permitindo a recolha de dados que se creem mais próximos dos significados atribuídos pelas crianças às suas vivências, opiniões e reflexões, uma vez que não estavam circunscritas às dimensões apresentadas pelo questionário *online*.

Assim, muito embora não possam as conclusões deste estudo ser generalizadas, o mesmo traz um contributo científico para compreender como em tempos de confinamento podem ser desenvolvidas investigações que possibilitem que as crianças sejam participantes ativos nas reflexões sobre temas – no caso, o bem-estar subjetivo – que lhes dizem respeito e também no modo como o conhecimento adquirido pelas reflexões e sugestões apontadas pode ter lugar na construção de um mundo melhor para todos, respeitando especialmente os direitos das crianças.

AGRADECIMENTOS

Este trabalho foi financiado por Fundos Nacionais através da FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia no âmbito do projeto do CIEC (Centro de Investigação em Estudos da Criança da Universidade do Minho) com as referências UIDB/00317/2020 e UIDP/00317/2020.

REFERÊNCIAS

- Amerijckx, G., & Humblet, P.C. (2014). Child well-being: What does it mean? *Child & Society*, 28(5), 404-415. <https://doi.org/10.1111/chso.12003>
- Archibald, M. M., Ambagtsheer, R. C., Casey, M. G., & Lawless, M. (2019). Using Zoom videoconferencing for qualitative data collection: Perceptions and experiences of researchers and participants. *International Journal of Qualitative Methods*, 18, 1-8. <https://doi.org/10.1177%2F1609406919874596>
- Barra, M., & Pinto, M. (2020). Contributo para a geodesia das culturas da infância: Brincadeiras na latitude 0° e 41°. *Espaço Pedagógico*, 27(2), 459-480. <https://doi.org/10.5335/rep.v27i2.11436>
- Ben-Arieh, A., & Frønes, I. (2007). Indicators of children's well-being: What should be measured and why? *Social Indicators Research*, 84, 249-250. <https://doi.org/10.1007/s11205-007-9183-6>
- Bronfenbrenner, U. (1979). The ecology of human development. Experiments by nature and design. Harvard University Press.
- Caffo, E., Scandroglio, F., & Asta, L. (2020). Debate: COVID-19 and psychological well-being of children and adolescents in Italy. *Child and Adolescent Mental Health*, 25(3), 167-168. <https://doi.org/10.1111/camh.12405>
- Casas, F. (2015). Bienestar material y bienestar subjetivo. In G. Castro (Coord.), *Educo. El bien estar, una conversación actual de la humanidad* (pp. 18-34). Icaria Editorial.
- Delgado, P., Carvalho, J. M. S., & Correia, F. (2019). Viver em acolhimento familiar ou residencial: O bem-estar subjetivo de adolescentes em Portugal. *Psicoperspectivas*, 18(2), 86-97. <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol18-issue2-fulltext-1605>

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? A literature review and guide to needed research. *Social Indicators Research*, 57(2), 119-169. <http://www.jstor.org/stable/27526987>

Dove, N., Wong, J., Smolina, K., Doan, Q., Sauve, L., Corneil, T., & Gustafson, R. (2020). Impact of school closures on learning, and child and family well-being. *British Columbia Medical Journal*, 62(9), 338. <https://bcmj.org/bccdc-covid-19/impact-school-closures-learning-and-child-and-family-well-being>

Fernandes, N. (2016). Investigação participativa com crianças. In R. L. Maia, L. Nunes, S. Caridade, A. Sani, C. Nogueira, H. Fernandes, & L. Afonso (Coord.), *Dicionário – crime, justiça e sociedade* (pp. 280-281). Edições Sílabo.

Gaspar, T., & Balancho, L. (2017). Fatores pessoais e sociais que influenciam o bem-estar subjetivo: Diferenças ligadas estatuto socioeconômico. *Ciência & Saúde Coletiva*, 22(4), 1373-1380. <http://doi.org/10.1590/1413-81232017224.07652015>

Gaspar, T., Tomé, G., Gómez-Baya, D., Botelho, F., Cerqueira, A., Borges, A. & Matos, M. G. (2019). O bem-estar e a saúde mental dos adolescentes portugueses. *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente*, 10(1), 17-27. <http://revistas.lis.ulusiada.pt/index.php/rpca/article/view/2626/2839>

Giacomoni, C. H., & Hutz, C. S. (2008). Escala multidimensional de satisfação de vida para crianças: Estudos de construção e validação. *Estudos de Psicologia*, 25(1), 25-35. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2008000100003>

Hoffman, J. A., & Miller, E. A. (2020). Addressing the consequences of school closure due to COVID-19 on children's physical and mental well-being. *World Medical & Health Policy*, 12(3), 300-310. <https://doi.org/10.1002/wmh3.365>

Horrell, B., Stephens, C., & Breheny, M. (2015). Online research with informal caregivers: Opportunities and challenges. *Qualitative Research in Psychology*, 12(3), 258-271. <https://doi.org/10.1080/14780887.2015.1040318>

Idoiaga Mondragon, N., Berasategi Sancho, N., Dosil Santamaria, M., & Eiguren Munitis, A. (2021). Struggling to breathe: A qualitative study of children's wellbeing during lockdown in Spain. *Psychology & Health*, 36(2), 179-194. <https://doi.org/10.1080/08870446.2020.1804570>

Kohl, H. W., III, Cook, H. D., Committee on Physical Activity and Physical Education in the School Environment, Food and Nutrition Board, & Institute of Medicine (Eds.). (2013). *Educating the Student Body: Taking Physical Activity and Physical Education to School*. National Academies Press (US). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24851299/>

Lima, R. F. F., & Morais, N. A. (2018). Bem-estar subjetivo de crianças e adolescentes: Revisão integrativa. *Ciências Psicológicas*, 12(2), 249-260. <https://doi.org/10.22235/cp.v12i2.1689>

Lobe, B., Morgan, D., & Hoffman, K. A. (2020). Qualitative data collection in an era of social distancing. *International Journal of Qualitative Methods*, 19, 1-8. <https://doi.org/10.1177/1609406920937875>

OECD. (2009). *Doing better for children*. https://read.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/doing-better-for-children_9789264059344-en#page1

Sani, A. I. (2011). *Crianças vítimas de violência: representações e impacto do fenómeno*. Edições UFP.

Silva, D. G., & Dell'Aglío, D. D. (2018). Avaliação do bem-estar subjetivo em adolescentes: Relações com sexo e faixa etária. *Análise Psicológica*, 36(2), 133-143. <https://doi.org/10.14417/ap.1218>

Urbina-García, M. A. (2021). El bienestar de los niños: El aislamiento social durante el confinamiento por el COVID-19 y estrategias efectivas. *Diálogos Sobre Educación*, 22(12), 1-17. <https://doi.org/10.32870/dse.v0i22.781>

i Centro de Investigação em Estudos da Criança, Instituto de Educação, Universidade do Minho, Portugal.
<https://orcid.org/0000-0002-1196-2956>

ii Centro de Investigação em Estudos da Criança, Instituto de Educação, Universidade do Minho, Portugal.
<https://orcid.org/0000-0001-7697-4803>

iii Universidade Fernando Pessoa, Portugal; Centro de Investigação em Estudos da Criança, Instituto de Educação, Universidade do Minho, Portugal.
<https://orcid.org/0000-0003-1776-2442>

Toda a correspondência relativa a este artigo deve ser enviada para:

Marlene Barra
Rua Monte de Castro, nº 4, 4700-396 Braga
E-mail: marlenebarra2016@gmail.com

Recebido em 21 de fevereiro 2021
Aceite para publicação em 17 de agosto de 2021

The subjective well-being of children in times of confinement

ABSTRACT

The pandemic crisis motivated by COVID-19 dissemination has had a massive reach without borders, leading to feelings of vulnerability and insecurity, which cross social classes and generational groups. In the case of childhood, crisis situations are particularly impactful in the exercise of their basic rights. Aware of this reality, we consider essential to re-centre and to contribute with knowledge produced from children's voices, in order to characterize their subjective well-being in times of pandemic. In this paper we will present a reflection on childhood and the concept of subjective well-being, which will support the data analysis resulting from a research that had the aim of characterizing such subjective well-being. For this purpose, we applied an online survey – “Questionnaire on the well-being of children in a time of a pandemic” –, in order to access children's perceptions of their well-being regarding the dimensions of health, education, relationships with family and peers and satisfaction with life. We also developed several “Thematic Debates”, in collaboration with “Rádio Miúdos”, which were held with children. From the data analysis and discussion, it was possible to disseminate knowledge about their daily life, among children, in the family and in the community, and to understand their worries and hopes about health and family, their level of satisfaction with life and with relationships, in a pandemic situation.

Keywords: Childhood; Subjective well-being; Pandemic; Children's rights

El bienestar subjetivo de los niños en tiempos de encierro

RESUMEN

La crisis pandémica que vivimos, motivada por COVID-19 e su diseminación, ha tenido un alcance masivo que no conoce fronteras, generando sentimientos de vulnerabilidad e inseguridad, que atraviesan clases sociales y grupos generacionales. En el caso de la niñez, las situaciones de crisis son particularmente impactantes en el ejercicio de sus derechos básicos. Conscientes de esta realidad, consideramos imprescindible reenfocar la reflexión y aportar conocimientos producidos a partir de las voces de los niños, lo que nos permite caracterizar su bienestar subjetivo en tiempos de pandemia. Para ello, presentaremos una reflexión sobre la infancia y el concepto de bienestar subjetivo, que apoyará el análisis de datos resultantes de una investigación desarrollada con el objetivo de caracterizar el bienestar subjetivo de los niños en tiempos de pandemia. Se desarrolló, en línea, un “Cuestionario sobre el bienestar de los niños en tiempos de pandemia”, con el objetivo de acceder a las percepciones de los niños sobre las dimensiones de salud, educación, relaciones con la familia y pares y satisfacción con la vida. De manera acumulativa, en alianza con “Rádio Miúdos”, también se realizaron “Debates Temáticos” con niños, sobre la situación de la pandemia. A partir del análisis y discusión de los datos obtenidos, fue posible difundir conocimientos sobre su vida diaria, entre los niños, en la familia y en la comunidad, y promover la comprensión de sus convicciones, de su grado de satisfacción con el medio ambiente y con las relaciones que mantienen en una situación de pandemia.

Palabras clave: Infancia; Bienestar subjetivo; Pandemia; Derechos de los niños