



## WP3

# Manual sobre o desenvolvimento de programas de transição para a autonomia



## Conteúdo

Desenvolvimento de programas de autonomia pessoal para uma transição efectiva de jovens adultos em contextos de cuidados alternativos: Passos e Procedimentos .....	1
Resultados da aprendizagem .....	1
Visão geral do módulo .....	1
Palavras chave .....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
Teoria.....	2
Estudo de caso 1 .....	8
Estudo de caso 2 .....	16
Atividade de aprendizagem 1.....	11
Atividade de aprendizagem 2.....	19
Recurso adicional 1 .....	12
Recurso adicional 2 .....	14
Em resumo .....	21
Planeamento e avaliação de programas de autonomia pessoal.....	22
Resultados da aprendizagem .....	22
Visão geral do módulo .....	22
Palavras chave .....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
Teoria.....	22
Estudo de caso 1 .....	24
Estudo de caso 2 .....	29
Atividade de aprendizagem 1.....	27
Atividade de aprendizagem 2.....	31
Recurso adicional 1 .....	29
Recurso adicional 2 .....	33
Em resumo .....	40



## Desenvolvimento de programas de autonomia pessoal para uma transição efetiva de jovens adultos em contextos de cuidados alternativos: Passos e Procedimentos

### Resultados da aprendizagem

Conhecimento	Competências	Atitudes
Descrever os princípios e abordagens fundamentais dos programas de autonomia pessoal	Identificar as metas e os objetivos dos programas de autonomia pessoal para jovens adultos em contextos de cuidados alternativos	Consciencialização de como melhorar a eficácia dos programas de autonomia pessoal para jovens adultos em contextos de cuidados alternativos
Descrever as etapas e os procedimentos envolvidos no desenvolvimento de programas de autonomia pessoal para jovens adultos em contextos de cuidados alternativos	Identificar os fatores-chave que influenciam a eficácia dos programas de autonomia pessoal para jovens adultos em contextos de cuidados alternativos	Ser capaz de reestruturar e definir novas estratégias de intervenção junto dos jovens que vivem em regime de acolhimento residencial e que se preparam para sair desse regime
Conhecimento dos princípios e procedimentos para uma transição efetiva dos jovens adultos	Desenvolver um plano de ação para implementar uma estratégia para ajudar um jovem adulto num contexto de cuidados alternativos a desenvolver capital social e humano, tendo em consideração as necessidades e circunstâncias únicas do indivíduo	Organizar as etapas e os procedimentos da autonomia e do bem-estar dos jovens para promover melhores práticas de desenvolvimento de competências de autonomia e de preparação para a transição para a vida adulta, através da explicitação de recursos e de planos individuais de intervenção estruturada

### Visão geral do módulo

Na fase de transição dos cuidados de saúde para uma vida autónoma, os programas de autonomia pessoal oferecem aos jovens adultos a oportunidade de obterem ajuda nas etapas e procedimentos necessários para facilitar esta fase. Como o próprio nome indica, estes programas têm como principal objetivo a autonomia pessoal. Os jovens adultos devem conhecer os seus pontos fortes, as suas potencialidades e os seus interesses para estabelecerem objetivos e encontrarem uma direção a seguir. O objetivo é torná-los independentes e autodeterminados. Nos programas, o seu passado, o seu presente e o seu futuro esperado são reunidos para os poder ajudar e apoiar individualmente.



Os programas de autonomia pessoal devem, por conseguinte, ser estruturados de forma a abordar todos os aspetos que os jovens adultos devem conhecer e que os afetam nesta fase, preparando-os, de modo que saiam com poder e independência.

### Palavras-chave

Formação em competências para a vida, Desenvolvimento da autonomia, Capacitação dos jovens, Transição bem-sucedida

### Teoria

Para que os programas de autonomia pessoal sejam bem-sucedidos e apoiem os jovens adultos, devem ter em conta certos princípios e abordagens fundamentais.



Nos programas de autonomia pessoal, há que ter sempre em conta que os jovens adultos encontram-se em situações de vida muito diferentes. Embora todos estejam prestes a fazer a transição para a independência, todos trazem consigo as suas próprias histórias. E os seus objetivos e desejos para o futuro também variam. Por conseguinte, é essencial que o programa tenha em conta a **individualidade**. Todos eles estão numa idade em que também têm o direito de tomar as suas próprias decisões, e estas devem ser tidas em conta, respeitando todos os quadros legais. É igualmente útil apoiar os jovens adultos no conhecimento dos seus direitos e obrigações e apoiá-los na sua reivindicação e respeito. Respeitando a sua individualidade, os jovens adultos podem aprender a sua autonomia.

De acordo com o princípio da individualidade, os programas devem ser **centrados na pessoa**. Isto significa que os jovens adultos estão no centro do programa - é tudo sobre eles. Trata-se da sua situação atual, dos seus desejos, sonhos, planos para o



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelas mesmas.



Co-funded by  
the European Union

futuro e da forma como os podem concretizar. E a tarefa do programa é apoiá-los e ajudá-los neste processo.

Para tomar decisões autónomas, os jovens adultos precisam de aprender a **tomar decisões**. Os programas de autonomia pessoal devem garantir que os jovens adultos aprendam o que devem ter em conta quando tomam uma decisão. O programa não deve influenciar as suas decisões, mas apenas acompanhá-los e apoiá-los nos seus processos. O objetivo é que os jovens adultos reflitam sobre as decisões a tomar na sua autonomia e sejam capazes de tomar essas decisões respeitando todos os aspetos. Por conseguinte, os programas devem também ensinar-lhes onde obtêm a informação e como podem filtrar a informação correta.

O princípio do **controlo** está ligado à tomada de decisões, porque se trata dos jovens adultos serem os únicos a tomar decisões sobre o seu percurso e, por conseguinte, a assumir o controlo da sua própria vida. É preciso que lhes seja apresentado o facto de que o controlo já não é assumido pela instituição de acolhimento ou pela carreira, mas que só eles são responsáveis por si próprios. Também aqui, os programas não devem sobrecarregá-los, mas conduzi-los passo a passo.

Nos programas de autonomia pessoal, os jovens adultos devem conhecer os instrumentos que lhes permitem aprender a tomar decisões da melhor forma. Esse apoio pode incluir informações sobre a **comunicação** e o ato de comunicar, ou sobre as pessoas que os podem apoiar em determinadas decisões. Os amigos e a família também devem ser considerados como apoio. No entanto, isto deve ser tomado com cautela, uma vez que as situações de família e dos amigos são individuais, e não se pode assumir que a família e os amigos existem per se.

Outro instrumento de **apoio ao** processo de **tomada de decisões** é a participação na vida **da comunidade**. Os jovens adultos devem ser sensibilizados para as muitas vantagens de participar na vida da comunidade ou noutros grupos, como clubes ou igrejas. Não só podem integrar-se socialmente, como também podem pedir conselhos no processo de tomada de decisões. Os programas de autonomia pessoal devem mostrar estas vantagens.

O princípio dos **direitos legais** tem por objetivo assegurar que os programas de autonomia pessoal garantam o respeito dos direitos dos jovens adultos. Para além disso, os programas podem também ajudá-los em processos judiciais e, por exemplo, obter-lhes assistência jurídica ou um advogado, se tal for necessário.

Os programas de autonomia pessoal devem também dar espaço à **formação pedagógica** para explicar aspetos como os direitos e as responsabilidades de cada um e criar espaço para perguntas e debates. Além disso, podem ser teorizados e discutidos aspetos como a autonomia, a autossuficiência e a idade adulta.



Os programas devem sempre prever que as situações dos jovens adultos vão mudar. Especialmente no início, há uma tendência para o exagero, a frustração ou a estagnação. Para lidar com este facto, é importante que os programas possam responder **de forma flexível** às situações dos jovens adultos. Uma vez que eles e o seu desenvolvimento são o foco, o programa deve ser capaz de se adaptar de forma flexível a eles e não eles ao programa.

Os programas de autonomia pessoal seguem determinadas **metas e objetivos** para ajudar os jovens adultos a tornarem-se autónomos e autodeterminados. A seguir, apresentam-se os aspetos essenciais que os jovens adultos devem aprender nos programas de autonomia pessoal. No entanto, não se pode presumir que a lista esteja completa, uma vez que o conteúdo é sempre adaptado individualmente às pessoas que participam no programa.



Um dos objetivos mais importantes é preparar os jovens adultos para **viverem sozinhos** e evitar que fiquem sem abrigo. Nos centros de acolhimento, o mais provável é que tenham vivido com outros pares ou com pessoas que cuidam deles. Por isso, os jovens adultos têm de aprender tudo sobre como viver sozinhos, gerir uma casa e tudo o que isso implica. Além disso, os programas também oferecem ajuda para encontrar um apartamento, incluindo ajuda para compreender o contrato de arrendamento e, mais uma vez, os seus direitos e obrigações como inquilino de um apartamento. Além disso, os programas também oferecem apoio após a mudança e ajudam a mobilar o apartamento, a fornecer eletricidade e água, etc. Os programas têm por objetivo proporcionar uma base de vida estável e garantir que os jovens adultos tenham um início seguro no seu primeiro apartamento próprio.



Para poder pagar um apartamento, a maioria precisa de um **emprego**. Também aqui, os programas de autonomia pessoal são supostos ajudar. Em termos de conteúdo, os jovens devem aprender a encontrar um emprego, a candidatar-se, como é o processo de candidatura e o que acontece em caso de admissão ou rejeição. Podem também aconselhar sobre o percurso profissional adequado aos seus diplomas, as oportunidades disponíveis e os locais onde podem prosseguir os estudos e a formação.

Por falar em **educação**, os programas de autonomia pessoal também apoiam os jovens adultos na conclusão de um curso, seja ele numa escola, numa universidade ou num curso de formação. Podem ajudar nas candidaturas, nas fases de transição ou em novos percursos profissionais. Podem responder aos conhecimentos e competências individuais dos jovens adultos e aconselhá-los em conformidade.

No que se refere aos direitos dos jovens adultos, há que ter em conta que a maioria deles ainda não está consciente dos seus direitos. Devem ser informados sobre este facto nos programas de autonomia pessoal. Devem ser informados sobre os seus **direitos legais e cívicos**, especialmente no contexto das suas questões atuais, como a habitação, o emprego e a educação.

O próximo objetivo dos programas de autonomia pessoal é ensinar aos jovens adultos **a literacia financeira**. O que muitos dos seus pares tomam por garantido, a maior parte dos que abandonam a assistência social ainda não aprendeu. Entre outras coisas, trata-se de aprender a fazer orçamentos, poupar, compreender o crédito e as dívidas e outras competências de gestão financeira para ajudar os jovens adultos a tornarem-se financeiramente auto-suficientes. Têm de aprender a gerir o dinheiro que recebem para que as suas contas sejam pagas e não caiam na miséria financeira. Especialmente se começarem a trabalhar e a ganhar mais dinheiro do que alguma vez tiveram à sua disposição, podem rapidamente ficar sobrecarregados e incorrer em despesas desnecessárias.

Outro aspeto importante é a **saúde** dos jovens que abandonam os cuidados. Os programas de autonomia pessoal devem fornecer informações sobre o que deve ser considerado no respetivo país quando um jovem adulto deixa de estar sob cuidados. Poderá ser necessário apresentar candidaturas ou proceder a um novo registo. Em qualquer caso, os programas devem garantir que os jovens adultos tenham sempre um seguro de saúde.

Em ligação com o aspeto da saúde, **o bem-estar** também anda de mãos dadas. Os jovens adultos em programas de autonomia pessoal devem aprender o que podem fazer pela sua saúde e bem-estar. Isto inclui um estilo de vida saudável, desporto e boa forma, nutrição e cuidados pessoais. A saúde mental também não deve ser ignorada. Esta fase de transição pode ser muito stressante para os que abandonam os cuidados, pelo que devem saber a quem podem recorrer quando se sentem sobrecarregados ou simplesmente não se sentem bem. Os programas podem





oferecer aconselhamento e seminários sobre temas como a resolução de conflitos, a comunicação e a saúde mental.

Para avaliar corretamente o seu próprio bem-estar, os programas de autonomia pessoal devem ensinar aos jovens adultos certas **competências para a vida**. Estas incluem competências emocionais necessárias para lidar com situações stressantes, por exemplo. Outras competências de vida são a gestão do tempo e as competências organizacionais, para garantir que os jovens adultos gerem a sua vida quotidiana. Devem desenvolver a auto-confiança e as capacidades de reflexão para serem capazes de mudar as situações por si próprios. Os programas de autonomia pessoal podem também oferecer aconselhamento e seminários específicos sobre competências para a vida.

Para além das aptidões para a vida, os jovens adultos devem desenvolver **competências** que são essenciais para a sua vida futura. Estas incluem, por exemplo, competências de resolução de problemas, que lhes permitam resolver os seus próprios problemas ou saber exatamente quem contactar para os resolver. A competências de comunicação também é necessária para comunicar com os outros, especialmente no ensino ou no emprego. Outra competência que é essencial num mundo tão interligado como o que vivemos atualmente é a competência cultural. Esta competência permite-nos apercebermo-nos das diferenças culturais, respeitá-las e sermos capazes de lidar com elas. Todas as outras competências devem ser selecionadas pelos programas de autonomia pessoal, uma vez que estes podem ajustar a seleção de acordo com as necessidades individuais do jovem que está a ser acompanhado.

As competências sociais e de comunicação são indissociáveis da construção de uma **rede de contactos**. Os programas de autonomia pessoal devem permitir que as pessoas construam uma rede de pessoas, organizações e comunidades que possam servir de rede de segurança para os jovens adultos. Podem sempre contar com a rede que criaram e pedir conselhos. A rede pode acompanhá-los nos seus percursos e dar-lhes apoio e segurança a vários níveis.

**A segurança** é outra palavra-chave que constitui um objetivo dos programas de autonomia pessoal. É claro que os programas levam a sério a necessidade de garantir que os seus jovens adultos estão seguros e num caminho seguro. Para o garantir, podem desenvolver planos de emergência individuais em conjunto com os jovens adultos. Isto pode manter o risco tão baixo quanto possível. No entanto, desta forma, os programas de autonomia pessoal tornam-se também uma espécie de lugar seguro ao qual os jovens adultos podem regressar em qualquer altura e pedir ajuda.

Embora a situação atual dos jovens adultos, nomeadamente a fase de transição dos cuidados para uma vida independente, seja atualmente uma prioridade, os jovens adultos devem aprender a lidar com os pensamentos sobre o **futuro**. Os programas de autonomia pessoal devem ensinar-lhes como fazer planos para o futuro, quais os



aspectos que desempenham um papel nesse processo e como manter esses planos. A abordagem ativa do futuro deve afastar o medo dos jovens adultos e garantir que eles se sintam motivados e olhem positivamente para o seu futuro.

Outro princípio importante dos programas de autonomia pessoal é o acompanhamento e a **avaliação** regular do desenvolvimento dos jovens adultos. Estes podem dar feedback sobre a forma como consideram a visão do programa, o que consideram útil e o que gostariam de ver diferente ou adicional nos seus processos individuais. A interação aberta e respeitosa é um pré-requisito neste programa, para que os jovens adultos possam aprender a dizer o que pensam e a dar feedback num ambiente protegido.



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelas mesmas.



Co-funded by  
the European Union

## Estudo de caso 1



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelas mesmas.



Co-funded by  
the European Union

<b>Título do estudo de caso</b>	<b>Encontrei um emprego - e agora?</b>	
<b>Imagem da capa</b>	 <p><a href="https://images.pexels.com/photos/3184465/pexels-photo-3184465.jpeg?auto=compress&amp;cs=tinysrgb&amp;w=1260&amp;h=750&amp;dpr=1">https://images.pexels.com/photos/3184465/pexels-photo-3184465.jpeg?auto=compress&amp;cs=tinysrgb&amp;w=1260&amp;h=750&amp;dpr=1</a></p>	
<b>Duração da atividade (em minutos)</b>	<b>90</b>  <b>Resultados de aprendizagem</b>	<p><i>Qual é o resultado de aprendizagem que será alcançado com este estudo de caso?</i></p> <p>O estudo de caso inclui vários princípios e abordagens fundamentais dos programas de autonomia pessoal.</p> <p>O aluno deve...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• considerar situações de trabalho individuais.</li> <li>• conhecer os seus direitos legais no contexto da aceitação de um emprego.</li> <li>• conhecer os seus direitos legais em matéria de direito do trabalho.</li> <li>• estar consciente da sua responsabilidade pelas suas decisões.</li> <li>• ser capaz de encontrar mais informações sobre emprego de forma autónoma.</li> </ul>
<b>Objetivo da atividade</b>	<p><i>Descreva aqui o valor da leitura deste estudo de caso para educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos - esta secção deve motivá-los a completar o estudo de caso!</i></p> <p>Neste estudo de caso, os jovens adultos aprendem o que devem ter em conta depois de serem aceites para um emprego. Ficam a conhecer os seus direitos e obrigações, familiarizam-se com textos jurídicos e sabem onde encontrar informações importantes sobre este tema.</p>	

<b>Estudo de caso</b>	<p><i>Utilize esta secção para apresentar a narrativa do estudo de caso.</i></p> <p>Parabéns, foi aceite para um emprego a que se candidatou! O seu novo empregador convida-o a assinar o contrato de trabalho. Estás muito contente e gostarias de o assinar imediatamente. Mas tem cuidado, há algumas coisas que deves saber antes de assinar o contrato de trabalho.</p>
<b>Principais conclusões</b>	<p><i>Neste ponto, seria útil se delineasse as principais lições que os educadores comunitários, os assistentes sociais e os profissionais que trabalham com jovens adultos devem retirar deste exemplo de estudo de caso.</i></p> <p>Enquanto educador comunitário, assistente social ou profissional, deves preparar os jovens adultos para a vida ativa. Ao fazê-lo, a candidatura, a aceitação de um emprego, a rescisão e os direitos e obrigações de todas as partes devem ser observados e transmitidos aos jovens adultos. Estes devem ser capacitados para obterem informações de forma autónoma e, assim, estarem conscientes dos seus direitos e obrigações num emprego.</p>
<b>Reflexão</b>	<p><i>Neste ponto, seria útil se apresentasses as principais lições que os educadores comunitários, os assistentes sociais e os profissionais que trabalham com jovens adultos podem considerar para que possam adaptar a aprendizagem deste estudo de caso aos seus contextos:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Questão 1: Os jovens adultos conhecem os seus direitos e obrigações quando trabalham?</li> <li>• Questão 2: Os jovens adultos sabem onde podem informar-se sobre os seus direitos e obrigações?</li> <li>• Questão 3: Os jovens adultos sabem onde podem obter mais informações sobre candidaturas a emprego, aceitação e despedimento?</li> </ul>



## Atividade de aprendizagem 1

<b>Título da atividade</b>	<b>Conheça o seu horário de trabalho.</b>		
<b>Duração da atividade (em minutos)</b>	<b>90</b>	<b>Resultados de aprendizagem</b>	<p><i>Qual é o resultado de aprendizagem que será alcançado através desta atividade?</i></p> <p>O aluno deve...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• saber quantas horas está legalmente autorizado a trabalhar.</li> <li>• saber quanto tempo tem direito a uma pausa.</li> <li>• Onde consegue encontrar esta informação no seu contrato de trabalho.</li> </ul>
<b>Objetivo da atividade</b>	<p><i>Descreva aqui o valor da leitura deste estudo de caso para educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos - esta secção deve motivá-los a utilizar esta atividade como parte do seu percurso de aprendizagem e deve delinear os benefícios desta atividade nos seus contextos específicos.</i></p> <p>Esta atividade de aprendizagem permite que os alunos reconheçam as horas de trabalho no seu contrato de trabalho e verifiquem se estão corretas. Saberão também quanto tempo têm direito a uma pausa.</p>		
<b>Materiais necessários para a atividade</b>	<p><i>Enumere aqui todos os materiais e equipamentos de que os alunos necessitarão para realizar esta atividade.</i></p> <p>Esta atividade de aprendizagem requer textos jurídicos, ligações a leis e um contrato de trabalho exemplar.</p>		
<b>Instruções passo a passo</b>	<p><i>Dê conselhos aos educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos sobre como devem realizar esta atividade.</i></p> <p>Passo 1: Inicie a sessão do programa com uma introdução. A introdução deve pôr toda a gente na mesma página. Pode utilizar jogos ou outros métodos.</p> <p>Passo 2: Para conseguir uma transição para o tema, pode fazer algumas questões introdutórias aos alunos. Por exemplo: Quais de vós se candidataram a um emprego? Quais de vós já foram aceites? Quais de vós já assinaram um contrato de trabalho? Quantos de vós conhecem os vossos direitos e obrigações ao abrigo da legislação laboral? Quem é que já leu um texto jurídico?</p>		



Passo 3: Partilhe um texto jurídico da legislação laboral do seu país, que indique quem pode trabalhar, quanto e com que idade e qual a duração da pausa. (Em alternativa, partilhe a ligação para a legislação laboral do seu país).

Passo 4: Ler o texto legal em conjunto e esclarecer quaisquer dúvidas. Certifique-se de que os alunos compreenderam o texto legal.

Etapa 5: Preparar tarefas (de preferência por escrito) a que os alunos devem responder de forma autónoma (mas também podem trabalhar em pares). Estas tarefas podem ser as seguintes: Descobrir quanto é permitido trabalhar por lei. Descobrir a quantidade de férias a que se tem direito por lei.

Passo 6: Discutir as soluções dos alunos de modo que todos tenham a solução correta.

Etapa 7: Distribuir o estudo de caso. Prepare um modelo de contrato de trabalho e entregue-o também. Analise o estudo de caso e o contrato de trabalho e certifique-se de que todas as questões de compreensão foram esclarecidas.

Etapa 8: Preparar as tarefas relacionadas com o modelo de contrato de trabalho. Estas tarefas podem ser as seguintes: As horas de trabalho indicadas estão corretas de acordo com a lei? Os tempos de pausa especificados estão corretos de acordo com a lei?

Passo 9: Discutir as soluções dos alunos para que todos tenham a solução correta.

Passo 10: Aconselhe os formandos a verificar os aspetos referidos no seu contrato de trabalho, caso o tenham. Ofereça aos alunos a oportunidade de trazerem consigo os seus contratos de trabalho e de os discutirem consigo.

Passo 11: Introduza a ronda final, na qual pede aos alunos que reflitam sobre o conteúdo, façam questões, comentem o conteúdo e o discutam.

## Recurso adicional 1



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelas mesmas.



Co-funded by  
the European Union

<b>Título do recurso</b>	<b>Texto legal do direito do trabalho na Alemanha</b>
<b>Introdução ao recurso</b>	<p><i>Faça uma breve introdução ao recurso, indicando qual é o recurso - um vídeo, uma publicação de blogue, um artigo, etc., e faça uma breve sinopse do seu conteúdo.</i></p> <p>Este recurso é um texto jurídico do direito do trabalho alemão que estabelece as normas legais relativas ao horário de trabalho e aos períodos de pausa.</p>
<b>"O que é que eu vou ganhar com a utilização deste recurso?"</b>	<p><i>Descreva aqui o valor da utilização deste recurso para os educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos - o que aprenderão com este recurso e que valor acrescentado trará aos seus contextos específicos?</i></p> <p>Pode utilizar este recurso no contexto de uma conversa sobre direitos legais e emprego, tal como indicado no Passo 3 da Atividade de Aprendizagem 1.</p>
<b>Ligação ao recurso</b>	<p><i>Incluir aqui uma ligação para o website onde o aluno pode aceder ao recurso online.</i></p> <p><small><a href="https://www.gesetze-im-internet.de/arbztg/BJNR117100994.html#:~:text=Die%20werk%20oder%20Arbeitszeit%20der%20Arbeitnehmer,Stunden%20werk%20gleich%20nicht%20C3%BCberschritten%20werden.">https://www.gesetze-im-internet.de/arbztg/BJNR117100994.html#:~:text=Die%20werk%20oder%20Arbeitszeit%20der%20Arbeitnehmer,Stunden%20werk%20gleich%20nicht%20C3%BCberschritten%20werden.</a></small></p>





## Recurso adicional 2



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelas mesmas.



Co-funded by  
the European Union

<b>Título do recurso</b>	<b>Modelo de contrato de trabalho</b>
<b>Introdução ao recurso</b>	<p><i>Providencie uma breve introdução ao recurso, indicando o que é o recurso - um vídeo, uma publicação de blogue, um artigo, etc., e faça uma breve sinopse do seu conteúdo.</i></p> <p>Este é um modelo de contrato de trabalho para um mini-emprego na Alemanha. As horas de trabalho e as pausas podem ser introduzidas aqui.</p>
<b>"O que é que eu vou ganhar com a utilização deste recurso?"</b>	<p><i>Descreva aqui o valor da utilização deste recurso para os educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos - o que aprenderão com este recurso e que valor acrescentado trará aos seus contextos específicos?</i></p> <p>Este modelo de contrato de trabalho dá aos alunos uma primeira impressão do aspeto de um contrato de trabalho. Os alunos reconhecem os pontos importantes a que devem prestar atenção antes de o assinarem. Ao falarem sobre este contrato em conjunto, os alunos ganham confiança e podem assinar um contrato com um sentimento de segurança. Pode utilizar o modelo de contrato na Etapa 8 da Atividade de Aprendizagem 1.</p>
<b>Ligação ao recurso</b>	<p><i>Incluir aqui uma ligação para o website onde o aluno pode aceder ao recurso online.</i></p> <p><a href="https://www.minijob-zentrale.de/SharedDocs/Downloads/DE/Formulare/gewerblich/muster-arbeitsvertrag-gewerbe.html">https://www.minijob-zentrale.de/SharedDocs/Downloads/DE/Formulare/gewerblich/muster-arbeitsvertrag-gewerbe.html</a></p>




## Estudo de caso 2



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelas mesmas.



Co-funded by  
the European Union

<b>Título do estudo de caso</b>	<b>Uma mudança traz novas oportunidades!</b>		
<b>Imagem da capa</b>	 <p><a href="https://images.pexels.com/photos/4569338/pexels-photo-4569338.jpeg?auto=compress&amp;cs=tinysrgb&amp;w=1260&amp;h=750&amp;dpr=1">https://images.pexels.com/photos/4569338/pexels-photo-4569338.jpeg?auto=compress&amp;cs=tinysrgb&amp;w=1260&amp;h=750&amp;dpr=1</a></p>		
<b>Duração da atividade (em minutos)</b>	<b>90</b>	<b>Resultados de aprendizagem</b>	<p><i>Qual é o resultado de aprendizagem que será alcançado com este estudo de caso?</i></p> <p>O aluno deve...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• aprender a tomar decisões por si próprio.</li> <li>• saber como melhorar a sua saúde e bem-estar.</li> <li>• ser capaz de se integrar numa comunidade ou numa rede através de competências sociais e de comunicação.</li> </ul>
<b>Objetivo da atividade</b>	<p><i>Descreva aqui o valor da leitura deste estudo de caso para educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos - esta secção deve motivá-los a completar o estudo de caso!</i></p> <p>Assim que os jovens adultos deixam de estar sob cuidados, precisam de encontrar um novo local para viver e, por conseguinte, estão prestes a mudar para um novo ambiente. Para se integrarem, podem procurar comunidades, como equipas desportivas, grupos religiosos, músicos, artistas, etc. Mas antes de decidirem para onde ir, têm de aprender a ouvir o que querem e depois aprender a tomar essa decisão sozinhos. Fazer parte de uma comunidade e ter uma rede de contactos sociais trará benefícios para o bem-estar e a saúde dos jovens adultos.</p>		



<b>Estudo de caso</b>	<p><i>Utilize esta secção para apresentar a narrativa do estudo de caso.</i></p> <p>Que bom, tem o seu primeiro apartamento próprio - parabéns! Talvez esteja agora a viver numa nova comunidade, talvez tenha mudado para outra cidade ou para outra zona da cidade. Normalmente, uma mudança traz consigo uma série de coisas novas. Um novo ambiente, novos vizinhos, novas oportunidades de compras, novos percursos para lugares familiares, etc. Muitas coisas novas significam também muitas oportunidades novas. Talvez sempre tenha querido viver numa zona diferente da cidade porque tem o seu café preferido, ou talvez sempre tenha querido viver numa cidade maior porque gosta de viajar de eléctrico. Talvez tenha escolhido um apartamento que fica mais perto do seu ginásio. Seja o que for, tem agora tantas opções novas que pode ser difícil tomar uma decisão quando se trata de algo novo.</p> <p>Está determinado a encontrar um novo passatempo para o seu tempo livre. Sabe que não só será bom para si fisicamente, mas também para a sua saúde interior. Não só tem agora a oportunidade de experimentar algo que deseja fazer há muito tempo, como também vai conhecer novas pessoas e fazer novos amigos.</p>
<b>Principais conclusões</b>	<p><i>Neste ponto, seria útil se delineasse as principais lições que os educadores comunitários, os assistentes sociais e os profissionais que trabalham com jovens adultos devem retirar deste exemplo de estudo de caso.</i></p> <p>Neste estudo de caso, os alunos serão capazes de tomar decisões sozinhos. Vão pensar no que gostam, onde querem estar, com quem querem estar em contacto, etc. Isto é crucial no caso de jovens adultos que saem da instituição de acolhimento e estão pela primeira vez no seu apartamento. Eles precisam de descobrir as suas novas possibilidades e as coisas que gostariam de fazer.</p>
<b>Reflexão</b>	<p><i>Neste ponto, seria útil se traçasse os principais ensinamentos que os educadores comunitários, os assistentes sociais e os profissionais que trabalham com jovens adultos podem considerar para que possam aplicar a aprendizagem deste estudo de caso aos seus contextos:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Questão 1: Os jovens adultos estão preparados para tomar as suas próprias decisões e assumir a responsabilidade pelas mesmas?</li> <li>• Questão 2: Os jovens adultos sabem o que é bom para eles e para a sua saúde?</li> <li>• Questão 3: Os jovens adultos estão prontos para encontrar novas pessoas a nível social e comunicativo?</li> </ul>



## Atividade de aprendizagem 2

<b>Título da atividade</b>	<b>Encontre o seu novo passatempo!</b>		
<b>Duração da atividade (em minutos)</b>	<b>90</b>	<b>Resultados de aprendizagem</b>	<p>Qual é o resultado de aprendizagem que será alcançado através desta atividade?</p> <p>Os alunos...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• poderem encontrar um novo passatempo.</li> <li>• atravessando um processo de tomada de decisão.</li> </ul>
<b>Objetivo da atividade</b>	<p><i>Descreva aqui o valor da leitura deste estudo de caso para educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos - esta secção deve motivá-los a utilizar esta atividade como parte do seu percurso de aprendizagem e deve delinear os benefícios desta atividade nos seus contextos específicos.</i></p> <p>Para os jovens adultos que deixam de estar sob cuidados, é crucial encontrar novos passatempos ou outras oportunidades para conhecer outras pessoas e criar uma rede de contactos. A decisão de encontrar um novo passatempo não é assim tão fácil, especialmente depois de uma mudança, pois tudo pode parecer esmagador e stressante. Assim, a ideia de encontrar um novo hobby numa nova área logo no início pode ajudar a encontrar novas pessoas e a sentir-se confortável o mais rapidamente possível. Este estudo de caso prepara os jovens adultos para encontrar um novo passatempo depois de se mudarem para um novo local.</p>		
<b>Materiais necessários para a atividade</b>	<p><i>Enumere aqui todos os materiais e equipamentos de que os alunos necessitarão para realizar esta atividade.</i></p> <p>São necessários materiais para a pesquisa do passatempo. Pode prepará-los ou pode permitir a pesquisa na Internet, necessitando apenas de dispositivos eletrónicos.</p>		
<b>Instruções passo a passo</b>	<p><i>Dê conselhos aos educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos sobre como devem realizar esta atividade.</i></p> <p>Passo 1: Inicie a sessão do programa com uma introdução. A introdução deve colocar toda a gente na mesma página. Pode utilizar jogos ou outros métodos.</p> <p>Passo 2: Para conseguir uma transição para o tema, pode fazer algumas questões introdutórias aos alunos. Por exemplo: Qual de vocês está à procura de um novo apartamento? Qual de vós encontrou um novo apartamento? Qual de vós está na mesma zona em que vivia? Quais de vocês estão numa nova zona? Quais de vós têm hobbies? Quais de vocês estão ativamente envolvidos em passatempos?</p>		



Passo 3: É altura de fazer alguma pesquisa. Peça aos seus alunos que procurem atividades de lazer na sua comunidade. Devem enumerá-las e depois discuti-las com outra pessoa.

Passo 4: Os alunos devem determinar as suas 3 principais atividades e justificar a sua escolha.

Etapa 5: Finalmente, os alunos devem escolher uma atividade de topo e justificar a sua escolha.

Passo 6: Preparar uma ficha de trabalho com as seguintes questões:

1. Que atividade gostaria de fazer? (Atividade física, atividade criativa, música, etc.)
2. Em que forma social se desenrolará a atividade? (sozinho, em pares, em grupo)
3. Como é que esta atividade é acessível para mim? (a pé, de bicicleta, de transportes públicos, de carro)
4. Quanto custa esta atividade? (por dia/semana/mês/ano)
5. Que condições se aplicam à atividade? (contrato de adesão, datas fixas, torneios, etc.)

Passo 7: Deixe os alunos refletirem sobre as suas escolhas, agora que têm mais informação. Discuta com eles as suas escolhas. Se pensa sinceramente que são boas escolhas, apoie-os e motive-os. Ofereça sempre a sua ajuda para os apoiar na conclusão da atividade (por exemplo, com um contrato de adesão).

Passo 8: Nesta altura, realce que é fantástico como os jovens adultos fizeram o seu percurso para o tema. Enfatize que eles acabaram de passar por um processo de tomada de decisão que começou com os seus desejos, seguido de investigação e, finalmente, uma decisão.

Passo 9: Reveja esta atividade, permita questões e comentários e ofereça o seu apoio.

### Recurso adicional 3

<b>Título do recurso</b>	<b>Encontrar novas actividades</b>
<b>Introdução ao recurso</b>	<p><i>Faça uma breve introdução ao recurso, indicando qual é o recurso - um vídeo, uma publicação de blogue, um artigo, etc., e faça uma breve sinopse do seu conteúdo.</i></p> <p>Este recurso é uma plataforma de lazer que o ajuda a encontrar novas atividades na Alemanha. Pode inscrever-se e</p>



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelas mesmas.



Co-funded by  
the European Union

	<p>encontrar novas comunidades que partilhem os seus interesses. Quer se trate de sair para uma refeição acolhedora, de tomar uma cerveja em conjunto depois do trabalho, de correr no parque em conjunto ao fim-de-semana ou de uma noite descontraída no cinema ou num concerto. Pode descobrir tudo isto e muito mais e vivê-lo com grandes parceiros de lazer. Pode participar em reuniões de forma segura e fácil ou organizar as suas atividades.</p>
<p><b>"O que é que eu vou ganhar com a utilização deste recurso?"</b></p>	<p><i>Descreva aqui o valor da utilização deste recurso para os educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos - o que aprenderão com este recurso e que valor acrescentado trará aos seus contextos específicos?</i></p> <p>Este recurso é um exemplo de como encontrar novas atividades em novas áreas. Pode ajudar os seus alunos a obter novas impressões e ideias sobre o que gostariam de fazer.</p>
<p><b>Ligação ao recurso</b></p>	<p><i>Incluir aqui uma ligação para o website onde o aluno pode aceder ao recurso online.</i></p> <p><a href="https://spontacts.com/">https://spontacts.com/</a></p>

## Em resumo

Em resumo, os princípios e abordagens dos programas de autonomia pessoal centram-se no respeito pela individualidade, no conhecimento dos próprios direitos, na prática de processos de tomada de decisão, no conhecimento de onde e de quem se pode obter ajuda e no acompanhamento constante do desenvolvimento e adaptação do programa às necessidades, se necessário.

Os programas de autonomia pessoal devem oferecer contributos de aprendizagem sobre aspetos que vão desde o emprego à saúde e ao bem-estar. Todos os aspetos acima referidos são essenciais para os jovens adultos na transição entre a saída dos cuidados e o início da sua própria vida. Dependendo das pessoas, os aspetos mencionados devem adaptar-se às suas situações e necessidades.





## Planeamento e avaliação de programas de autonomia pessoal

### Resultados da aprendizagem

Conhecimento	Competências	Atitudes
Descrever as etapas e os procedimentos envolvidos no planeamento e na avaliação dos programas de autonomia pessoal	Identificar os principais intervenientes e parceiros envolvidos no planeamento e avaliação dos programas de autonomia pessoal	Consciência dos principais recursos e apoios necessários para planear e avaliar eficazmente os programas de autonomia pessoal
Desenvolver um plano de implementação e manutenção de programas de autonomia pessoal com base nos resultados da avaliação	Avaliar o impacto e a eficácia dos programas de autonomia pessoal para jovens adultos em contextos de cuidados alternativos	Ser capaz de criar um Programa de Autonomia Pessoal

### Visão geral do módulo

O módulo "Planeamento e Avaliação de Programas de Autonomia Pessoal" trata do planeamento e avaliação de sessões **no âmbito de** Programas de Autonomia Pessoal. Destina-se a jovens adultos em transição de cuidados e é essencial para a progressão e crescimento efetivo destes indivíduos. O planeamento e a avaliação das sessões desempenham um papel crucial na sustentação do programa, permitindo ajustes na sua metodologia através da incorporação de conhecimentos adquiridos e da integração de boas práticas.

### Palavras-chave

Planeamento, avaliação, programas de autonomia pessoal

### Teoria

O planeamento e a avaliação dos programas de autonomia pessoal devem ter em conta os vários sistemas que influenciam a vida dos jovens adultos que abandonam os cuidados, incluindo a família, a comunidade e os fatores sociais.

Os jovens adultos estão no centro do planeamento. O que está em causa são eles e o seu desenvolvimento no sentido de uma maior independência e de uma preparação para a vida após a prestação de cuidados. As situações em que os jovens adultos se encontram são tão diferentes que é necessário selecionar cuidadosamente o programa e o conteúdo. O planeamento do programa pode ser informado pelas fases de desenvolvimento psicológico para responder às necessidades específicas dos indivíduos em diferentes pontos do seu percurso. Vale a pena consultar a literatura psicológica para ter uma ideia do que os jovens adultos estão a passar nesta fase das suas vidas. O programa não deve enfatizar a fase difícil em que se encontram atualmente, mas sim realçar a força de cada indivíduo e que devem



utilizar os seus pontos fortes para seguir o melhor caminho para eles. Por isso, o ambiente nas sessões individuais deve ser sempre bem protegido, de apoio e de cura para os jovens adultos. Ao planear, o objetivo deve ser sempre o de transformar os jovens adultos em pessoas independentes e autónomas, capazes de se desenvencilharem sozinhas. Não se deve esquecer que os jovens adultos também podem trabalhar em conjunto para reforçar as suas capacidades sociais e de comunicação. Devem ter a sensação de que não estão sozinhos, que estão num grupo protegido em que podem confiar. Aqui, podem construir e enriquecer a sua rede.

A avaliação das sessões dos programas de autonomia pessoal é crucial para otimizar a eficácia, garantir a satisfação dos participantes, assegurar o apoio e promover o sucesso e a sustentabilidade do programa a longo prazo.

A avaliação avalia a eficácia das sessões na obtenção dos resultados desejados, tais como o aumento da autossuficiência, o reforço das capacidades de tomada de decisões e o êxito das transições para uma vida independente dos jovens adultos que abandonam o sistema. A avaliação regular orienta os ajustes no conteúdo das sessões, garantindo a relevância do programa para as necessidades em evolução. Cultiva uma cultura de melhoria contínua, permitindo aos organizadores aperfeiçoar as estratégias e aumentar o impacto global do programa. A avaliação mede o envolvimento e a satisfação dos participantes, influenciando a motivação e a dedicação. Ajuda na afetação de recursos, facilitando a utilização eficiente dos mesmos e identificando componentes eficazes do programa. Uma avaliação rigorosa faculta provas cruciais para garantir o financiamento e o apoio contínuos. Identifica precocemente potenciais desafios, permitindo a adoção de medidas proactivas para reduzir os contratempos. A avaliação assegura a responsabilização e mantém a confiança dos participantes, dos financiadores e da comunidade. Tem em conta as diversas necessidades dos participantes, promovendo a inclusão. Em última análise, a avaliação melhora a sustentabilidade e o impacto a longo prazo dos programas de autonomia pessoal para jovens adultos que abandonam o sistema.




## Estudo de caso 1



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelas mesmas.



Co-funded by  
the European Union

<b>Título do estudo de caso</b>	<b>Planear uma sessão.</b>	
<b>Imagem da capa</b>	 <p><a href="https://images.pexels.com/photos/18999533/pexels-photo-18999533/free-photo-of-manner-frauen-sitzung-gruppe.jpeg?auto=compress&amp;cs=tinysrgb&amp;w=1260&amp;h=750&amp;dpr=1">https://images.pexels.com/photos/18999533/pexels-photo-18999533/free-photo-of-manner-frauen-sitzung-gruppe.jpeg?auto=compress&amp;cs=tinysrgb&amp;w=1260&amp;h=750&amp;dpr=1</a></p>	
<b>Duração da atividade (em minutos)</b>	<b>90</b>  <b>Resultados de aprendizagem</b>	<p><i>Qual é o resultado de aprendizagem que será alcançado com este estudo de caso?</i></p> <p>Os alunos irão...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conhecer as etapas do planeamento de uma sessão.</li> <li>• ser capaz de identificar as principais partes interessadas e os parceiros envolvidos no planeamento.</li> </ul>
<b>Objetivo da atividade</b>	<p><i>Descreva aqui o valor da leitura deste estudo de caso para educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos - esta secção deve motivá-los a completar o estudo de caso!</i></p> <p>A atividade ajudá-lo-á a encontrar os passos mais importantes para planear uma sessão do programa de autonomia pessoal.</p>	
<b>Estudo de caso</b>	<p><i>Utilize esta secção para apresentar a narrativa do estudo de caso.</i></p> <p>É um educador comunitário, assistente social ou profissional e está prestes a planear uma sessão no âmbito do programa de autonomia pessoal que está a oferecer aos jovens adultos que saem do sistema.</p>	
<b>Principais conclusões</b>	<p><i>Neste ponto, seria útil se enfatizasse as principais lições que os educadores comunitários, os assistentes sociais e os profissionais que trabalham com jovens adultos devem retirar deste exemplo de estudo de caso.</i></p> <p>Os Programas de Autonomia Pessoal são uma ajuda crucial para os jovens adultos que saem do sistema de proteção social, pois</p>	

	<p>forneçam-lhes informações sobre aspetos importantes de que devem estar conscientes. O principal objetivo é ajudar os jovens adultos a tornarem-se autónomos e autodeterminados, para que possam cuidar de si próprios. Tenha isso em mente quando planear uma sessão no âmbito destes programas. Tudo o que lhes disser é da maior importância. O mesmo acontece com a avaliação de uma sessão, que ajuda a melhorar a qualidade do programa.</p>
<b>Reflexão</b>	<p><i>Neste ponto, seria útil se delineasse as principais lições que os educadores comunitários, os assistentes sociais e os profissionais que trabalham com jovens adultos podem considerar para que possam aplicar a aprendizagem deste estudo de caso aos seus contextos:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Questão 1: Tenho em conta todos os aspetos importantes ao planear uma sessão?</li><li>• Questão 2: Tenho em conta todos os aspetos importantes na avaliação de uma sessão?</li></ul>



## Atividade de aprendizagem 1

<b>Título da atividade</b>	<b>Planear uma sessão</b>		
<b>Duração da atividade (em minutos)</b>	<b>90</b>	<b>Resultados de aprendizagem</b>	<p><i>Qual é o resultado de aprendizagem que será alcançado através desta atividade?</i></p> <p>Os alunos irão...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conhecer as etapas do planeamento de uma sessão.</li> <li>• conhecer as etapas de avaliação de uma sessão.</li> <li>• ser capaz de identificar as principais partes interessadas e os parceiros envolvidos no planeamento e na avaliação.</li> </ul>
<b>Objetivo da atividade</b>	<p><i>Descreva aqui o valor da leitura deste estudo de caso para educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos - esta secção deve motivá-los a utilizar esta atividade como parte do seu percurso de aprendizagem e deve delinear os benefícios desta atividade nos seus contextos específicos.</i></p> <p>A atividade ajudá-lo-á a encontrar os passos mais importantes para planear e avaliar uma sessão de programas de autonomia pessoal.</p>		
<b>Materiais necessários para a atividade</b>	<p><i>Enumere aqui todos os materiais e equipamentos de que os alunos necessitarão para realizar esta atividade.</i></p> <p>Material necessário para planear e avaliar uma sessão (em função das suas necessidades pessoais)</p>		
<b>Instruções passo a passo</b>	<p><i>Dê conselhos aos educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos sobre como devem realizar esta atividade.</i></p> <p>Ao planear uma sessão, há algumas questões que devem ser respondidas primeiro. Isto faz parte do processo de planeamento.</p> <p>Etapa 1: Responda às seguintes perguntas relativas ao tempo da sessão: Quando é que a sessão tem lugar? Quanto tempo dura a sessão? Há mais alguma pessoa envolvida nesta fase de planeamento?</p> <p>Etapa 2: Responda às seguintes questões sobre o local da sessão: Onde é que a sessão se realiza? Em que edifício/sala se realizará a sessão? A sala tem espaço suficiente para o número de participantes? Como é que o local é acessível aos participantes?</p>		



Como é que o local é acessível a participantes com deficiência física? Há mais alguma pessoa envolvida nesta fase de planeamento?

Passo 3: Responda às seguintes questões relativas aos participantes na sessão: Quantas pessoas podem participar? Como é que posso obter participantes? Existem requisitos para a participação? Os participantes têm de se registar? Se sim, onde? Existem prazos? Os participantes têm de ser libertados de outras obrigações para a sessão? Há mais alguma pessoa envolvida nesta fase de planeamento?

Passo 4: Responda às seguintes questões sobre as regras da sessão: Que regras se aplicam se as pessoas não puderem participar na sessão devido a doença ou outros motivos? É possível participar online? Há mais alguma pessoa envolvida nesta fase de planeamento?

Etapa 5: Responda às seguintes questões sobre o financiamento da sessão: A participação tem algum custo? Quem assume os custos? Há custos adicionais para o catering no local? Há mais alguma pessoa envolvida nesta fase de planeamento?

Etapa 6: Decida o conteúdo da sessão: O conteúdo da sessão deve ser adaptado às necessidades dos participantes. As sessões de todo o programa de autonomia pessoal devem ser coordenadas de modo que todos os temas essenciais sejam abordados.

Etapa 7: Decida sobre os resultados de aprendizagem dos participantes: Que conhecimentos, competências e atitudes devem os participantes desenvolver durante a sessão?

Etapa 8: Decida sobre o procedimento da sessão: Como é que deve ser organizado o conteúdo da sessão? Qual é a sequência? Até que ponto quer aprofundar o tema? Que métodos o ajudarão a transmitir o conteúdo? Que meios e materiais pretende utilizar? Decida o grau de autonomia dos participantes (lembre-se que esta é uma sessão do programa de autonomia pessoal e que se trata de autonomia e independência). Têm uma reserva didática (tarefas adicionais para aqueles que são mais rápidos do que outros)? Tudo isto deve ser feito à luz dos resultados de aprendizagem da sessão.

Passo 9: É útil dividir a sessão numa introdução, numa parte principal e numa conclusão. Pense em como poderia ser a introdução para que os participantes possam entrar mentalmente no tema da parte principal. Como deve ser a parte principal em



	<p>termos concretos? É útil estabelecer o objetivo de que a parte principal deve abranger o conteúdo principal e que os resultados devem ser visíveis no final. E o que está a planear para a parte final da sessão? Uma sessão deve terminar com uma secção de reflexão na qual os participantes podem partilhar os seus sentimentos e pensamentos, questões e comentários sobre a sessão, se assim o desejarem. Isto também pode ser feito de forma anónima (por exemplo, utilizando ferramentas online).</p> <p>Passo 10: Parta do princípio de que nem todas as sessões decorrerão exatamente como planeou. Os participantes são muito individuais e têm necessidades diferentes. Não se zangue nem desespere se algo não funcionar bem. Esteja aberto a alterações e pedidos dos participantes - afinal, o que está em causa são eles.</p>
--	---

### Recurso adicional 1

Título do recurso	Sugestões e truques para o plano de aulas
Introdução ao recurso	<p><i>Faça uma breve introdução ao recurso, indicando qual é o recurso - um vídeo, uma publicação de blogue, um artigo, etc., e faça uma breve sinopse do seu conteúdo.</i></p> <p>O artigo e o vídeo oferecem uma visão geral dos aspetos mais importantes do planeamento de uma sessão.</p>
"O que é que eu vou ganhar com a utilização deste recurso?"	<p><i>Descreva aqui o valor da utilização deste recurso para os educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos - o que aprenderão com este recurso e que valor acrescentado trará aos seus contextos específicos?</i></p> <p>Pode ler e ver os recursos para ganhar mais clareza e confiança no planeamento da sessão.</p>
Ligação ao recurso	<p><i>Incluir uma ligação para o website onde o aluno pode aceder ao recurso online.</i></p> <p>Alemão: <a href="https://www.cornelsen.de/magazin/beitraege/tipps-und-tricks-fuer-den-ersten-unterrichtsentwurf">https://www.cornelsen.de/magazin/beitraege/tipps-und-tricks-fuer-den-ersten-unterrichtsentwurf</a></p> <p>Inglês: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=HizkcrDVyLQ">https://www.youtube.com/watch?v=HizkcrDVyLQ</a></p>

### Estudo de caso 2

Título do estudo de caso	Como avaliar uma sessão
--------------------------	-------------------------




Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelas mesmas.



Co-funded by  
the European Union



<p><b>Imagem da capa</b></p>	 <p><a href="https://cdn.pixabay.com/photo/2020/10/01/08/28/smileys-5617876_1280.jpg">https://cdn.pixabay.com/photo/2020/10/01/08/28/smileys-5617876_1280.jpg</a></p>	
<p><b>Duração da atividade (em minutos)</b></p>	<p><b>90</b></p>	<p><b>Resultados de aprendizagem</b></p> <p><i>Qual é o resultado de aprendizagem que será alcançado com este estudo de caso?</i></p> <p>Os alunos irão...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conhecer as etapas de avaliação de uma sessão.</li> <li>• ser capaz de identificar as principais partes interessadas e os parceiros envolvidos na avaliação.</li> </ul>
<p><b>Objetivo da atividade</b></p>	<p><i>Descreva aqui o valor da leitura deste estudo de caso para educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos - esta secção deve motivá-los a completar o estudo de caso!</i></p> <p>Cada sessão de um programa de autonomia pessoal é essencial para o desenvolvimento das competências dos participantes. Para que as sessões sejam eficazes, é necessário perguntar aos próprios participantes sobre a sua eficácia, ou seja, avaliar a sessão.</p>	
<p><b>Estudo de caso</b></p>	<p><i>Utilize esta secção para apresentar a narrativa do estudo de caso.</i></p> <p>É um educador comunitário, assistente social ou profissional e está prestes a avaliar uma sessão no âmbito do programa de autonomia pessoal que está a oferecer aos jovens adultos que saem do sistema de proteção social.</p>	
<p><b>Principais conclusões</b></p>	<p><i>Neste ponto, seria útil se delineasse as principais lições que os educadores comunitários, os assistentes sociais e os profissionais que trabalham com jovens adultos devem retirar deste exemplo de estudo de caso.</i></p>	

	A avaliação das sessões é crucial para a melhoria e a eficácia dos programas de autonomia pessoal.
<b>Reflexão</b>	<p>Neste ponto, seria útil se delineasse as principais lições que os educadores comunitários, os assistentes sociais e os profissionais que trabalham com jovens adultos podem considerar para que possam aplicar a aprendizagem deste estudo de caso aos seus contextos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Questão 1: Como é que posso saber se a sessão foi eficaz?</li> <li>• Questão 2: Como é que posso saber qual foi a minha prestação enquanto formador da sessão?</li> <li>• Questão 3: Como é que posso saber se os participantes desenvolveram os resultados de aprendizagem desejados?</li> </ul>

## Atividade de aprendizagem 2

<b>Título da atividade</b>	<b>Avaliar uma sessão</b>	
<b>Duração da atividade (em minutos)</b>	<b>90</b>	<p><i>Qual é o resultado de aprendizagem que será alcançado através desta atividade?</i></p> <p>Os alunos irão...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conhecer as etapas de avaliação de uma sessão.</li> <li>• ser capaz de identificar as principais partes interessadas e os parceiros envolvidos na avaliação.</li> </ul>
<b>Objetivo da atividade</b>	<p><i>Descreva aqui o valor da leitura deste estudo de caso para educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos - esta secção deve motivá-los a utilizar esta atividade como parte do seu percurso de aprendizagem e deve delinear os benefícios desta atividade nos seus contextos específicos.</i></p> <p>A avaliação de uma sessão permite demonstrar o seu sucesso em termos de obtenção dos resultados de aprendizagem. Os resultados fornecem informações valiosas sobre as áreas a melhorar, de modo que as sessões sejam tão benéficas quanto possível para os participantes. O objetivo da atividade é que os formadores saibam como avaliar uma sessão, quais os aspetos que podem avaliar e que a avaliação regular é necessária e melhorará os programas de autonomia pessoal a longo prazo.</p>	
<b>Materiais necessários para a atividade</b>	<p><i>Enumere aqui todos os materiais e equipamentos de que os alunos necessitarão para realizar esta atividade.</i></p> <p>Para a avaliação de uma sessão, é necessário papel e caneta ou uma alternativa digital para a criação de um questionário.</p>	



## Instruções passo a passo

*Dê conselhos aos educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos sobre como devem realizar esta atividade.*

Passo 1: O primeiro passo é decidir como efetuar uma avaliação. Pode avaliar distribuindo questionários e pedindo aos participantes que os preencham no local. Ou pode preparar um inquérito online que os participantes preenchem dentro de um determinado prazo. Pode também fazer algumas perguntas no final da sessão e tomar notas.

Etapa 2: Decidir quais os aspetos da sessão que devem ser avaliados. Eis alguns exemplos de questões que o podem ajudar a criar um questionário:

- Qual o seu grau de satisfação com os conhecimentos adquiridos na sessão?
- Considera que alcançou o resultado de aprendizagem pretendido?
- Como classificaria o desempenho pedagógico global do formador?
- Em que medida concorda com as seguintes afirmações (O formador preparou bem a sessão; O formador incentivou os participantes a participarem ativamente na sessão; etc.)?
- Qual foi a eficácia dos materiais didáticos utilizados nesta sessão?
- Quão eficazes foram as atividades de aprendizagem utilizadas nesta sessão?
- A sessão correspondeu às suas expectativas?
- Qual é a probabilidade de recomendar esta sessão a outras pessoas?

Passo 3: Pense na forma como pretende construir o inquérito. Por exemplo, existem escalas nominais, escalas ordinais, escalas de intervalo e escalas de rácio (Beutner, 2018<sup>1</sup>). Uma escala de classificação simples é recomendada para a avaliação de uma aula, que representa um procedimento de auto-classificação (Beutner, 2018). No entanto, também é possível utilizar diferentes tipos num único inquérito (ver Recurso Adicional 3).

<sup>1</sup> Beutner, M. (Ed.) (2018). *Berufsbildungsevaluation: Ein Lehrbuch für Berufs- und Wirtschaftspädagogen, Studierende des Lehramts an berufsbildenden Schulen sowie Theorie und Praxis* [Avaliação da formação profissional: Um livro didático para educadores profissionais e empresariais, estudantes da profissão de professor em escolas profissionais, bem como teoria e prática] (2. Edição). Ingenious Knowledge Verlag.



	<p>Passo 4: Decida quando é que a sessão deve ser avaliada. É aconselhável avaliar cada sessão no final da mesma.</p> <p>Etapa 5: Analise as respostas aos questionários o mais rapidamente possível e pense em como pode inserir o feedback na próxima sessão.</p>
--	---

## Recurso adicional 2

Título do recurso	<b>Ferramentas online para avaliação</b>
Introdução ao recurso	<p><i>Facultr uma breve introdução ao recurso, indicando o que é o recurso - um vídeo, uma publicação de blogue, um artigo, etc., e faça uma breve sinopse do seu conteúdo.</i></p> <p>Eis algumas ligações para ferramentas de inquérito online gratuitas.</p>
"O que é que eu vou ganhar com a utilização deste recurso?"	<p><i>Descreva aqui o valor da utilização deste recurso para os educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos - o que aprenderão com este recurso e que valor acrescentado trará aos seus contextos específicos?</i></p> <p>Pode utilizar estas (ou apenas uma) ferramenta de inquérito online gratuita para avaliar as suas sessões.</p>
Ligação aos recursos	<p><i>Incluir uma ligação para o website onde o aluno pode aceder ao recurso online.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Survey Monkey: <a href="https://www.surveymonkey.com/">https://www.surveymonkey.com/</a></li> <li>2) LimeSurvey: <a href="https://www.limesurvey.org/">https://www.limesurvey.org/</a></li> <li>3) Surveyplanet: <a href="https://surveyplanet.com/">https://surveyplanet.com/</a></li> <li>4) Formulários Google: <a href="https://www.google.com/forms/about/">https://www.google.com/forms/about/</a></li> <li>5) Microsoft Forms: <a href="https://forms.office.com/">https://forms.office.com/</a></li> </ol>



### Recurso adicional 3



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelas mesmas.




Co-funded by  
the European Union

<b>Título do recurso</b>	<b>Exemplo: Microsoft Forms (Alemão)</b>
<b>Introdução o ao recurso</b>	<p><i>Forneça uma breve introdução ao recurso, indicando o que é o recurso - um vídeo, uma publicação de blogue, um artigo, etc., e faça uma breve sinopse do seu conteúdo.</i></p> <p>Este recurso é um exemplo de um inquérito do Microsoft Forms.</p>
<b>"O que é que eu vou ganhar com a utilização deste recurso?"</b>	<p><i>Descreva aqui o valor da utilização deste recurso para os educadores comunitários, assistentes sociais e profissionais que trabalham com jovens adultos - o que aprenderão com este recurso e que valor acrescentado trará aos seus contextos específicos?</i></p> <p>Pode utilizar este como exemplo e criares tu mesmo.</p>
<b>Ligação aos recursos</b>	<p><i>Incluir uma ligação para o website onde o aluno pode aceder ao recurso online.</i></p> <p>Microsoft Forms: <a href="https://forms.office.com/">https://forms.office.com/</a></p>




## Inquérito De Avaliação Do Curso

\* Necessário

1. Como você está satisfeito com o conhecimento adquirido no curso? 

- Muito satisfeito
- Satisfeito
- Nem satisfeito nem insatisfeito
- Insatisfeitos
- Muito insatisfeito

2. Tem a sensação de que alcançou o resultado de aprendizagem desejado? 

- Sim
- Não
- Não sei ao certo

3. Como avalia o desempenho geral do professor no ensino? 

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Mau

Prémio



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelas mesmas.



Co-funded by  
the European Union

4. Wie sehr stimmen Sie den folgenden Aussagen zu? \*

	Stimme gar nicht zu	Stimme eher nicht zu	Neutral	Stimme ein wenig zu	Stimme stark zu
Der Dozent hat sich zu Beginn jeder Stunde gut vorbereitet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Der Dozent hat die Kurswartungen klar kommuniziert	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Der Dozent hat den Kurs in einem klaren und leicht verständlichen Ansatz gehalten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Der Dozent ermutigte die Schüler zur Teilnahme am Unterricht	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Der Dozent hat mein Interesse während des gesamten Kurses aufrechterhalten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Der Dozent hat die Fragen der Schüler gründlich beantwortet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Der Dozent hatte ein gutes Zeitmanagement während des Unterrichts	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Der Dozent hat die Kursaufgaben klar kommuniziert	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>






5. Wie effektiv waren die folgenden Aspekte in Bezug auf Ihre Erfahrungen in diesem Kurs? \* 

	Äußerst ineffektiv	Ein wenig ineffektiv	Neutral	Ein wenig effektiv	Äußerst effektiv
In diesem Kurs verwendete Unterrichtsmaterialien	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
In diesem Kurs verwendete Lernaktivitäten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Verwendung von Technologien in der Klasse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nach dem Unterricht organisierte Gruppenaktivitäten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



6. Qual a eficácia dos materiais de ensino utilizados neste curso? 


AuBerst effektiv

Sahr effektiv

Um pouco eficaz

Não tão eficaz

Nada efusivo

7. Qual a eficácia das leactividades utilizadas neste curso? 


AuBerst affective

Sahr afectiva

Um delective wanig

Não tão eficaz


Nem um pouco ettoctive

8. O curso atendeu às suas expectativas? 

Sim

Noin

Não sei ao certo

9. Qual a probabilidade de recomendar este curso a um amigo ou colega de classe? 

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

De modo algum provavelmente Excepto provavelmente

## Em resumo

O planeamento e a avaliação de sessões em programas de autonomia pessoal para jovens adultos que saem do sistema é crucial para o sucesso da transição e do desenvolvimento destes indivíduos. O planeamento e a avaliação das sessões contribuem para a sustentabilidade do programa, aperfeiçoando a sua abordagem com base nas lições aprendidas e nas melhores práticas.

O processo de planeamento permite a personalização das sessões, adaptando-as às diferentes necessidades, pontos fortes e desafios de cada indivíduo. Isto garante que o apoio oferecido é pertinente e direcionado, abrangendo áreas-chave da autonomia pessoal como a gestão financeira, a habitação, a educação e o emprego. Além disso, um planeamento eficaz otimiza a utilização dos recursos disponíveis, tanto humanos como materiais, aumentando o impacto global do programa. Sessões bem estruturadas desempenham um papel fundamental na capacitação dos jovens adultos, inculcando-lhes um sentido de controlo e confiança para navegarem em situações do mundo real. À medida que os participantes superam os desafios e atingem os objetivos, a sua crença na capacidade de tomar decisões informadas e de levar uma vida independente é reforçada.

As avaliações regulares efetuadas pelos coordenadores do programa são destacadas como um aspeto crucial do processo. Estas avaliações permitem acompanhar os progressos dos participantes no desenvolvimento de competências essenciais para a vida. A monitorização contínua facilita ajustes atempados ao programa, assegurando a sua capacidade de resposta às necessidades em evolução dos jovens adultos à medida que enfrentam os desafios de uma vida independente. Além disso, o processo de avaliação ajuda a identificar áreas de melhoria, garantindo que os recursos são afetados de forma eficiente para satisfazer as necessidades específicas dos participantes, contribuindo assim para a sustentabilidade e o sucesso do programa a longo prazo.



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelas mesmas.



Co-funded by  
the European Union



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelas mesmas.



Co-funded by  
the European Union