



## NOME DA ATIVIDADE: O desenvolvimento das competências sociais no mercado de trabalho

**Tipo de atividade:** individual ou em grupo

**Número de participantes:** 10

**Nível de escolaridade dos participantes:** 9º ano

**Idade dos participantes:** ≥18 anos

**Duração da atividade:** 20 minutos

- Vídeo projetor
- Apresentação PowerPoint
- Quadro branco
- Os materiais devem ser disponibilizados no formato de leitura fácil

### Objetivo da atividade:

- Apoiar os jovens adultos a compreenderem o que devem fazer para obterem, manterem e progredirem num emprego. Sabemos que os empregadores valorizam muito a capacidade de um jovem adulto trabalhar em equipa, comunicar eficazmente, recuperar de situações adversas (resiliência), gerir as suas emoções, ser responsável e honesto, entre outras competências socioemocionais.
- Apoiar os jovens adultos a compreenderem o que devem fazer para beneficiarem deste entendimento e corresponderem às expectativas dos empregadores.

### Resultados esperados:

- Os participantes deverão reconhecer que ter um emprego é normal, assim como desejar progredir e adquirir e desenvolver novas competências (desenvolvimento de carreira).
- Os jovens com deficiência ou incapacidade deverão sentir-se apoiados para compreenderem o que os impede de ter um emprego e para determinarem o que deve ser feito para ultrapassarem as barreiras, a fim de assegurarem que estão a integrar-se plenamente quando conseguem um emprego.

Project implemented by:





## Competências que serão desenvolvidas:

- Os participantes reconhecerão que as competências socioemocionais são essenciais para se relacionarem com os outros! Afinal, estas competências ajudam-nos a gerir as nossas emoções, a construir relações saudáveis e a sentir empatia.

## Aptidões que serão desenvolvidas:

- Estabelecer mais facilmente relações, aceder a atividades de uma equipa, tornar-se plenamente parte da força de trabalho como trabalhador através da utilização de suportes naturais.
- Poder desempenhar e cumprir melhor os seus deveres e responsabilidades como trabalhador.

## Termos chave/vocabulário específico utilizado durante a atividade:

- **Competências socioemocionais** - são desenvolvidas ao longo da vida e no processo de aprendizagem e estão relacionadas com a capacidade de cada indivíduo lidar com suas próprias emoções, desenvolver autoconhecimento, relacionar-se com o outro, ter um comportamento socialmente responsável e ético, ser capaz de colaborar, mediar conflitos e solucionar problemas, ser criativo, ter pensamento crítico, comunicar, colaborar, ser resiliente, ter consciência ética, capacidade de liderança.
- **Competências sociolaborais** - conjunto de conhecimentos, atitudes, experiências e hábitos necessários para obter e manter um emprego: conhecimento do meio envolvente e da comunidade, autogestão e autodeterminação, motivação para o emprego e para a aprendizagem, organização e gestão do tempo, autonomia pessoal, competências básicas de interação social, capacidade de conversação, cooperação e partilha de competências: saber identificar e expressar emoções e sentimentos adequadamente, capacidade de autoafirmação: competências profissionais específicas.
- **Adaptações** - mudanças introduzidas num posto de trabalho ou num local de trabalho para permitir que uma pessoa com deficiência ou incapacidade se candidate, desempenhe as suas funções e progrida na sua carreira profissional.
- **Suportes naturais** - são as relações que ocorrem na vida quotidiana. Os suportes naturais normalmente envolvem familiares, amigos, colegas de trabalho, supervisores etc. Estes apoios ajudam a pessoa a desempenhar o seu papel, e também para se sentir socialmente integrada.
- **Barreiras** - incluem todas as dificuldades ou obstáculos que as pessoas com deficiência ou incapacidade enfrentam para aceder ao emprego. Estas barreiras podem ser de vários tipos, entre os quais: arquitetónicas (as existentes nos edifícios); atitudinais (atitudes ou comportamentos que impeçam ou prejudiquem a participação social da pessoa com deficiência ou incapacidade em igualdade de condições e oportunidades com as demais pessoas); pessoais (falta de competências, falta de confiança, relutância pessoal, etc)

Project implemented by





- **Facilitadores** - todos os elementos que melhoram a funcionalidade e reduzem a incapacidade de uma pessoa (ambiente físico acessível, disponibilidade de tecnologia e produtos de apoio, atitudes positivas das pessoas, serviços de apoio, formação, etc).
- **Resiliência** - é a capacidade de enfrentar desafios e demais situações adversas de forma positiva, adaptando-se a um novo cenário e conseguindo tirar lições com o ocorrido.
- **Desenvolvimento de carreira** - é que um plano estratégico, com metas e objetivos, incluindo cada etapa para alcançá-los, com o objetivo central da progressão profissional. Durante este processo a pessoa identifica as competências que precisa aprender ou desenvolver.
- **Princípio da normalização** - consiste em proporcionar às pessoas com deficiência ou incapacidade, as mesmas condições e oportunidades sociais, educativas e profissionais, assim como para qualquer outra pessoa.
- **Colega tutor** - é o colega de trabalho da pessoa com deficiência ou incapacidade que atua como mentor para o novo trabalhador apoiando-o na empresa e atua como pessoa de contacto do técnico de emprego apoiado.
- **Perfil vocacional** - identificação das aspirações, necessidades de aprendizagem, competências individuais, experiências anteriores e preferências de trabalho do participante. O objetivo é identificar o tipo de ocupação que melhor se adequa às aptidões e preferências de uma pessoa.
- **Emprego apoiado** - é um modelo de apoio, no e fora do local de trabalho, adaptado às pessoas com deficiências significativas para assegurar e manter um emprego remunerado. O modelo utiliza uma estratégia de parceria para permitir às pessoas com deficiência obter um emprego sustentável a longo prazo, e às empresas empregar trabalhadores válidos.

## **Preparação (o que necessita de ser preparado previamente para que a implementação da atividade seja bem-sucedida):**

- Apresentação em PowerPoint
- Deve estar disponível em formato de leitura fácil

## **Descrição da atividade passo a passo:**

1. A apresentação em PowerPoint irá expor sugestões/questões para promover a discussão e explorar exemplos de competências socioemocionais que são essenciais no mundo do trabalho.
2. Cada participante ou grupo de participantes deverá responder a cada diapositivo Powerpoint e dizer o que pensa em termos da sua própria situação, o que deve ser feito para tornar um trabalho numa alternativa viável.
3. O formador/facilitador desenhará uma linha no meio do quadro branco. Na coluna da direita, o formador anotarà a resposta do(s) participantes(s). O formador identificará, na segunda coluna, a competência sociolaboral correspondente.
4. No final, o formador/facilitador irá aferir da compreensão dos formandos quanto à importância das competências socioemocionais na facilitação





do emprego para pessoas com deficiência ou incapacidade, e enfatizará que os participantes devem solicitar apoio para desenvolver estas competências.

## Recomendações (como utilizar a ferramenta/recurso)

Exemplos que podem ser utilizados nos diapositivos:

- O que necessita para o ajudar a pensar num trabalho
- O que necessita para o ajudar a integrar-se no trabalho
- O que necessita para se sentir apoiado no trabalho
- O que necessita para o ajudar a ultrapassar o que o impede de trabalhar
- O que necessita para o ajudar a trabalhar
- O que necessita para o ajudar a recuperar de uma desilusão/deceção na sua vida profissional
- O que necessita para o ajudar a descobrir que tipo de apoio no trabalho gostaria de ter
- O que precisa para o ajudar a compreender o que significa o desenvolvimento da carreira
- O que necessita para o ajudar a progredir no trabalho

## Avaliação:

O facilitador/formador poderá colocar algumas questões para consolidar e avaliar os resultados da atividade:

- O que aprendeu durante a atividade?
- Aprendeu algo novo?
- Qual é a primeira coisa que deseja perguntar a um técnico de emprego apoiado?

O formador/ facilitador deverá reforçar: ter um emprego é normal, assim como o desenvolvimento da carreira, isto é, desejar progredir, desenvolver competências e adquirir novas competências.

### **Observações finais e recomendações metodológicas para a implementação da atividade (o que fazer e o que não fazer):**

A atividade deve ser relevante, impactante e envolver eficazmente os participantes, devendo ser desenvolvida de modo simples através de diapositivos PowerPoint ou utilizando vídeos curtos com personagens e heróis de séries ou desenhos animados televisivos conhecidos.

O modelo de Emprego Apoiado é importante para ajudar os jovens adultos a compreenderem que as pessoas com deficiência ou incapacidade devem ser apoiadas na identificação das suas barreiras individuais à entrada no mercado de trabalho e para determinarem e acordarem o que necessitam para garantir a sua plena integração no mercado de trabalho. As competências socioemocionais são essenciais para a relação com os outros! Ajudam-nos a gerir as nossas emoções, a construir relações saudáveis, e a sentir empatia.

Todos devem ter trabalho, habitação decente, educação e sonhos.

Projec

