

Ana Rita Teixeira Santos

Projeto "Seguir em frente, enfrentando os desafios da vida"

**Uma intervenção psicossocial com um grupo de
mulheres beneficiárias do RSI**

Vol. I

MESTRADO EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO
SOCIAL, ESPECIALIZAÇÃO EM AÇÃO PSICOSSOCIAL
EM CONTEXTOS DE RISCO

Vol. I

Orientação

AGRADECIMENTOS

Todos nós nos desenvolvemos e aprendemos novas formas de olhar e fazer na interação com os outros. Como tal, todo o trabalho desenvolvido não depende unicamente do meu esforço, mas também da dedicação de todos aqueles que me acompanharam e que me ampararam nesta caminhada, e a quem, de forma singela, quero agradecer.

A cada uma das “Mulheres Anónimas”, protagonistas deste projeto, por aceitarem o desafio desta coconstrução. Agradeço por me terem feito sentir parte do grupo, pela confiança e pelo afeto. Sem vocês, este projeto não teria lugar!

À instituição na qual trabalho, por me ter permitido desenvolver o projeto no meu contexto profissional, abrindo espaço para a reflexão e melhoria das práticas.

À equipa de RSI, pelo apoio e disponibilidade, por acolher as minhas inquietações, bem como pelo envolvimento e interesse na coconstrução do conhecimento, nas conversas e reflexões. Agradeço também ter-se assumido como minha retaguarda em diferentes tarefas, para que todo o serviço pudesse ser assegurado.

À equipa do Programa Escolhas, que permitiu a nossa entrada no seu espaço, disponibilizando-se para um trabalho dinâmico e participado. Agradeço a integração, o afeto e o apoio, ao longo de todo o percurso.

À Professora Doutora Ana Bertão, pelo acompanhamento, pela disponibilidade, pelo apoio e por me incentivar a procurar sempre fazer melhor. Agradeço pelas horas de trabalho conjunto, tal como pelas aprendizagens e pelas reflexões que me possibilitou, não só nesta orientação, como ao longo de todo o Mestrado.

À Professora Doutora Maria João Carvalho, pelo acompanhamento e pelas aprendizagens que me permitiu concretizar, bem como pela força e incentivo, motivando-me na procura de um equilíbrio favorável ao desenvolvimento do projeto.

À Professora Doutora Isabel Timóteo, pela disponibilidade para ler e analisar este relatório, possibilitando-me enriquecer com as suas reflexões.

Aos restantes docentes deste Mestrado, em especial à Professora Doutora Carla Serrão, à Professora Doutora Manuela Pessanha e à Professora Doutora Sofia Veiga, pelas aprendizagens que me possibilitaram e, sobretudo, pela estimulação de um espírito crítico e reflexivo, o que contribuiu para o meu crescimento não só profissional, como também pessoal.

Aos colegas de Mestrado, pelas partilhas, pela entreajuda e pelo incentivo, que se revelaram fundamentais para continuar ter força e investir. Um agradecimento especial à Filipa, pela amizade e apoio, pelas palavras de incentivo e motivação.

À minha família e amigos, a todos os que tanto me dizem, um forte agradecimento, por sempre acreditarem em mim, e um pedido de desculpa pelas minhas “ausências”.

Ao meu pai, por todo amor, preocupação e apoio incondicional. Agradeço a ti, e também à Ana, pelo incentivo, conforto e segurança que me proporcionaram, em cada dia, para que fosse possível seguir em frente nesta difícil caminhada.

Ao André, por ser diariamente o meu alento, o meu porto seguro, contentor de todas as emoções. Agradeço o apoio, a compreensão, a paciência e o incentivo para evoluir cada vez mais. A toda a tua família, que me acolhe com tanto carinho, tendo sempre palavras calorosas e de encorajamento.

Por fim, mas não menos importante, deixo a dedicatória deste relatório à minha mãe, por tudo o fez por mim, por todo o amor e dedicação, e por continuar a olhar por mim, sendo a minha grande fonte de motivação e inspiração!

RESUMO

Neste relatório apresenta-se o projeto de investigação ação participativa “Seguir em frente, enfrentando os desafios da vida”, com a finalidade de contrariar o processo de desqualificação pessoal e social de um grupo de mulheres beneficiárias da prestação do Rendimento Social de Inserção, através de uma intervenção psicossocial em grupo.

O Rendimento Social de Inserção é uma prestação social destinada a famílias em situação de pobreza extrema (ISS, I. P., 2017), sendo que um dos principais motivos que marca a sua continuidade é o desemprego de longa duração. Este apresenta efeitos desastrosos em vários domínios da vida das pessoas, que ficam expostas a diferentes e concorrentes problemas. Em consequência, assiste-se a um processo de desqualificação pessoal e social, marcado pela desvalorização pessoal, fechamento no espaço doméstico e diminuição da participação social, assim como pela tendência para a desmotivação e acomodação, que culminam na dependência de prestações sociais.

O projeto, incidindo sobre as dificuldades de um grupo de mulheres beneficiárias do Rendimento Social de Inserção, permitiu desenvolver a sua autoestima, ampliar a sua rede de relações interpessoais, bem como potenciar competências e interesses pessoais para o desenvolvimento do conhecimento, pelo recurso a estratégias ativas de envolvimento pessoal. Paralelamente, promovendo uma intervenção mais concertada e ajustada, estimulou alterações nas formas de olhar e intervir nesta realidade, trazendo novas reflexões sobre as práticas profissionais.

Palavras-chave: Projeto de Investigação Ação Participativa, Rendimento Social de Inserção, Desqualificação pessoal e social, Intervenção psicossocial em grupo.

ABSTRACT

This report presents the participatory action research project "Go forward, facing the challenges of life", with the purpose of counteracting the process of personal and social disqualification of a group of women beneficiaries of the provision of Social Integration Income, through of a group psychosocial intervention.

Social Integration Income is a social benefit for families living in extreme poverty (ISS, I. P., 2017). One of the main reasons for its continuity is long-term unemployment. This has disastrous effects on various domains of people's lives, which are exposed to different and competing problems. As a consequence, there is a process of personal and social disqualification, marked by personal devaluation, closure in the domestic space and reduction of social participation, as well as by the tendency towards demotivation and accommodation, which culminate in the dependence of social benefits.

The project, focusing on the difficulties of a group of women beneficiaries of Social Integration Income, allowed them to develop their self-esteem, expand their network of interpersonal relationships, as well as empower personal skills and interests for the development of knowledge through the use of strategies personal involvement. At the same time, promoting a more concerted and adjusted intervention, stimulated changes in the ways of looking and intervening in this reality, bringing new reflections on professional practices.

Keywords: Research Project Participatory Action, Social Integration Income, Personal and social disqualification, Psychosocial group intervention.

NOTA PRÉVIA

No âmbito da frequência do mestrado em Educação e Intervenção Social, na especialização de Ação Psicossocial em Contextos de Risco, surgiu a possibilidade de realização de um projeto de educação e intervenção social, assente no paradigma sócio-crítico e tendo como opção metodológica a investigação ação participativa.

Apesar de reconhecer dificuldades em conciliar a vida profissional com a académica e pessoal, nomeadamente, pela exigência associada à metodologia definida, decidi pelo desenvolvimento do projeto no meu local de trabalho: uma equipa que integra um protocolo de acompanhamento a famílias beneficiárias de Rendimento Social de Inserção (RSI), na qual exerço funções como Técnica Superior de Serviço Social (TSSS).

Esta decisão ficou alicerçada em vários motivos. Por um lado, a vontade de aprofundar o conhecimento acerca do meu próprio contexto de trabalho, através do olhar daqueles que são os protagonistas da intervenção (as próprias pessoas), dando-lhes voz. Isto é, promovendo a sua verdadeira participação no seu processo de desenvolvimento e mudança, refletindo e construindo, em conjunto, com elas ações que respondam às suas reais necessidades e projetos de vidas, respeitando as suas vontades, ritmos e espaços. Por outro lado, o interesse e a intenção em repensar e melhorar as práticas profissionais, a partir da reflexão e questionamento crítico acerca do que é e como é feito, procurando perceber alternativas às formas de intervenção, que permitam superar os constrangimentos e promover uma intervenção mais adequada. Foram ainda consideradas outras vantagens como a rentabilização do tempo e o acesso privilegiado à informação.

Não obstante, a esta decisão associam-se outras questões. Uma delas refere-se ao facto de o projeto ser desenvolvido no meu horário de trabalho, atendendo à disponibilidade e preferência do grupo com o qual o projeto foi desenvolvido. A este nível, não foi colocado qualquer entrave pela coordenação, desde que eu conseguisse manter os objetivos definidos em termos profissionais, o que foi

possível, nomeadamente com o apoio da equipa e o recurso a horas extraordinárias para a realização das tarefas. Quanto a isto, há ainda a dizer que a equipa tem autonomia quanto às ações a desenvolver, sendo que também se organiza em função de as concretizar. Neste caso, independentemente de se tratar de um projeto enquadrado na frequência do mestrado, a equipa reconheceu mais-valias no seu desenvolvimento, aceitando e organizando-se, para que este fosse possível. O trabalho foi desenvolvido com pessoas beneficiárias do RSI, em acompanhamento pela equipa, e favoreceu a intervenção da mesma, com resultados positivos diretos para as participantes e indiretos para o próprio trabalho e forma de estar da equipa, o que será explorado na avaliação final do projeto.

Uma outra questão que foi matéria de análise refere-se ao facto de eu ser uma das técnicas da equipa. Isto poderia ter influenciado negativamente, se fosse considerada a possível existência de uma relação de poder, em que, por eu ser técnica, as pessoas tendessem a seguir as minhas decisões, ou até que isso pudesse exercer algum tipo de coação sobre as pessoas, deixando-as menos à vontade ou sentindo-se obrigadas a colaborar. No entanto, não teve qualquer impacto, dado que defendo que as pessoas devem ser vistas como ativas e críticas, e não como objetos da intervenção. Assim, procuro criar com as pessoas uma relação mais horizontal, marcada pela confiança, cooperação, disponibilidade e implicação, que permita superar essa barreira do “poder de ser a técnica”. É de realçar que apenas duas das oito mulheres são diretamente acompanhadas por mim, enquanto técnica gestora do processo de RSI, o que diminuiu ainda mais as possibilidades disso acontecer. Ao longo do desenvolvimento do projeto, tive a oportunidade de confirmar que isto não teve qualquer influência nem se constituiu num constrangimento para o grupo, que referiu não sentir qualquer obrigação nem menor à vontade pela minha presença, declarando espontaneamente: “Aqui é mais uma de nós, pertence ao grupo. Sinto-me à vontade consigo, querida” (Apêndice T, registo 5).

Por fim, outra questão relacionou-se com a gestão da incerteza dos processos participativos, sobretudo numa fase inicial, mas o grupo assumiu o compromisso e foi notória uma evolução bastante positiva ao nível da sua participação, eliminando qualquer preocupação a este respeito.

“[o] melhor contributo que podemos dar
para transformar uma realidade
é reconhecer os talentos
existentes em cada pessoa”
(Baena, 2003, p. 85)

ÍNDICE VOLUME I

Resumo	iii
Abstract	iv
Nota prévia	v
Lista de abreviaturas	x
Introdução	1
Parte I – Enquadramento teórico-metodológico	
1. Projetos de Educação e Intervenção Social	3
1.1. A Educação e a Intervenção Social em projeto	3
1.2. A Investigação Ação Participativa como metodologia preferencial	6
1.3. A avaliação dos projetos	8
2. As famílias beneficiárias do Rendimento Social de Inserção	10
2.1. O Rendimento Social de Inserção	10
2.2. O processo de desqualificação pessoal e social vivenciado pelas famílias	13
2.3. A intervenção psicossocial com as famílias beneficiárias do RSI: as potencialidades de uma ação um grupo	18
Parte II – O projeto “Seguir em frente, enfrentando os desafios da vida”	
1. Contexto de realização do projeto	23
1.1. A instituição e a equipa de RSI	23
1.2. As famílias beneficiárias do RSI e o grupo “Mulheres Anónimas”	30
1.3. Avaliação do contexto	38
2. Desenho do projeto	44
2.1. Finalidade, objetivos, estratégias e ações	44
2.2. Avaliação de entrada e categorias de avaliação	47

3. Desenvolvimento do projeto e avaliação do processo	50
3.1. Ação 1: “O cantinho das Anónimas”	50
3.2. Ação 2: “As Anónimas em ação”	58
4. Avaliação de produto: avaliação final do projeto	75
Reflexões finais	84
Referências	86

LISTA DE ABREVIATURAS

IAP – Investigação Ação Participativa

RSI – Rendimento Social de Inserção

DLD – Desemprego de longa duração

CV – *Curriculum Vitae*

CI – Contrato de Inserção

NLI – Núcleo Local de Inserção

ISS – Instituto da Segurança Social

MP de RSI – Manual de Protocolos de RSI

AAD – Ajudante de Ação Direta

TSSS – Técnica Superior de Serviço Social

ASIP – Ação Social Interface Parceiros

RLIS – Rede Local de Intervenção Social

IEFP – Instituto de Emprego e Formação Profissional

CPCJ – Comissão de Proteção de Crianças e Jovens

EMAT – Equipa Multidisciplinar de Assessoria aos Tribunais

OG – Objetivos gerais

OE – objetivos específicos

INTRODUÇÃO

O projeto “Seguir em frente, enfrentando os desafios da vida” surgiu no âmbito do mestrado em Educação e Intervenção Social, na especialização de Ação Psicossocial em Contextos de Risco. Foi desenvolvido num contexto de acompanhamento a famílias beneficiárias da prestação do Rendimento Social de Inserção (RSI), tendo como finalidade contrariar o processo de desqualificação pessoal e social de um grupo de mulheres beneficiárias da prestação do RSI, através de uma intervenção psicossocial em grupo.

A pertinência do desenvolvimento do projeto neste contexto relaciona-se com o facto de este se constituir num contexto de risco, no sentido em que, conforme será visível na sua caracterização, as famílias beneficiárias do RSI confrontam-se com múltiplos e concorrentes desafios, que contribuem para a sua progressiva desmotivação e acomodação perante condições de sobrevivência básica. Neste contexto, a intervenção psicossocial assume-se como fundamental para contrariar a vulnerabilidade e a tendência para a reprodução de situações de risco, promovendo resiliência, a capacidade de “enfrentar os desafios da vida” e “seguir em frente”.

Sendo privilegiada a Investigação Ação Participativa (IAP), assente nos pressupostos do Paradigma Sóciocrítico, foi concebido e desenvolvido um projeto de educação e intervenção social adequado à realidade do grupo de mulheres. Este projeto partiu precisamente do diálogo, da valorização, do envolvimento e da participação desse grupo para a identificação dos seus problemas e necessidades. Neste sentido, procurando romper com os riscos de incorrer em lógicas assistencialistas e paternalistas num contexto de RSI, o desenvolvimento deste projeto favoreceu uma intervenção mais libertadora, centrada nas competências das pessoas (um grupo de mulheres) e no seu desenvolvimento, tendo estas a consciência das suas superações. Deste modo, contribui ainda para a responsabilização e autonomização, contrariando a dependência de intervenções (Almeida, Ferreira, Souza, & Serrão, 2016).

O presente relatório está organizado em dois volumes. O primeiro volume subdivide-se em duas partes. Na primeira, apresenta-se o enquadramento teórico-metodológico, o qual se divide em dois capítulos. No capítulo 1, abordam-se os projetos de educação e intervenção social, a IAP como metodologia privilegiada para o desenvolvimento destes projetos e concluiu-se com a importância da avaliação dos mesmos. No capítulo 2, procura-se melhor compreender as famílias beneficiárias do RSI. Assim, inicialmente, é abordada a medida do RSI, refletindo-se de seguida sobre as famílias beneficiárias da mesma a partir do processo de desqualificação pessoal e social que vivenciam, nomeadamente em consequência do desemprego de longa duração (DLD). Por fim, aborda-se a importância da adequação da intervenção, particularmente por via de uma intervenção psicossocial em grupo.

Na segunda parte do relatório, apresenta-se o Projeto “Seguir em frente, enfrentando os desafios da vida”, começando pela caracterização e análise da realidade, que culmina na avaliação do contexto. Segue-se o desenho do projeto e a avaliação da sua coerência e exequibilidade. Posteriormente, são apresentados o desenvolvimento e a avaliação do projeto, discutindo-se os principais resultados. Concluiu-se com a apresentação das reflexões finais.

O segundo volume é constituído por um conjunto de apêndices¹ e anexos, elaborados e organizados ao longo do desenvolvimento do projeto, com o objetivo de facilitar a compreensão do mesmo.

É de mencionar, ainda, que existiu o consentimento informado quanto ao desenvolvimento do projeto e à divulgação do relatório escrito por parte do grupo de mulheres, da equipa e da instituição (Ap. A, B e C, respetivamente), sendo assegurado o sigilo e a confidencialidade. Assim, neste relatório, garante-se o anonimato, não só no que diz respeito ao contexto (instituição e equipa de RSI), como também no que se refere à identificação das mulheres que constituem o grupo, utilizando-se para tal nomes fictícios.

¹ Numa lógica de economia de espaço, ao longo do presente relatório, cada referência aos apêndices será indicada como Ap..

PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO-METODOLÓGICO

1. PROJETOS DE EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO SOCIAL

1.1. A EDUCAÇÃO E A INTERVENÇÃO SOCIAL EM PROJETO

No âmbito da ação psicossocial e educativa, a emergência e o desenvolvimento da Educação Social encontram-se relacionados com a complexidade das sociedades e o agravamento e consciencialização dos fenómenos de exclusão social, bem como com o surgimento de novas políticas e “(...) com um notório bloqueamento dos processos assistenciais e de intervenção tradicionais, a que se junta a própria evolução da investigação e da produção no domínio das ciências sociais (...)” (Carvalho & Baptista, 2004, p. 11). Neste sentido, o desenvolvimento de projetos assume-se como fundamental para a existência de ações inovadoras, por permitir “(...) afastar da rotina, para particularizar as situações, para repersonalizar os seres e as coisas; cada projeto pretende, justamente, confrontar-se com um problema que se quer único, que se pretende resolver de forma inédita” (Boutinet, 2002, p.252). Precisamente pela complexidade e constantes mutações sociais (Guerra, 2002), os projetos devem ser flexíveis, permitindo ajustes, modificações e revisões a qualquer momento (Cembranos, Montesinos & Bustelo, 2001; Serrano, 2008).

De acordo com Mendonça (2002), um projeto constitui-se como um processo orientado por uma finalidade de mudança, em que os protagonistas devem ser as próprias pessoas. Promovendo um acompanhamento mais humanizado dos indivíduos e das situações, os projetos de educação e intervenção social visam melhorar as realidades, através do envolvimento e da participação das pessoas, devendo ser construídos, desenvolvidos e avaliados com as mesmas (Carvalho & Baptista, 2004; Serrano, 2008; Timóteo & Bertão, 2012). Assentam, assim, na ideia de que “(...) o homem é responsável por ele próprio, de que procura desenvolver os seus potenciais e de que tem liberdade” (Guerra & Lima, 2005, p. 73). Por conseguinte, numa visão positiva para a transformação, é reconhecido o ser humano como tendo valor positivo, sendo capaz de fazer escolhas, olhar a sua realidade de

forma crítica e informada e agir livremente, devendo ser envolvido e implicado nos seus próprios projetos de vida e no seu processo de mudança (Carvalho & Baptista, 2004; Payne, 2002; Timóteo & Bertão, 2012). Nesta perspetiva, os projetos de educação e intervenção social apresentam simultaneamente um carácter pragmático e utópico, que tem subjacente a capacidade humana de transcendência, bem como a crença na possibilidade de mudança (Carvalho & Baptista, 2004), no sentido da “(...) capacitação dos sujeitos, dos grupos e das comunidades para uma integração social consciente” (Timóteo & Bertão, 2012, p. 15).

Neste sentido, está implícito um compromisso social e educativo, com uma dupla função: orientar a ação para o desenvolvimento, envolvendo as pessoas na superação das suas dificuldades, participando ativamente na vida comunitária e social; e, simultaneamente, transformar a realidade social injusta e dirigir a ação às causas que provocam as desigualdades (Timóteo & Bertão, 2012). Considerando as pessoas como um todo, a intervenção deve desenvolver-se a nível pessoal e interpessoal, mas também nos distintos sistemas e contextos em que se inserem, procurando alcançar, gradual e progressivamente, mudanças de atitude e de (sub)culturas, a participação social e o desenvolvimento (Timóteo & Bertão, 2012).

Os projetos de educação e intervenção social “(...) partem de um estudo holístico do contexto, capaz de despertar diálogos e interpretações dos diferentes atores sociais acerca da (sua) realidade social” (Timóteo & Bertão, 2012, p. 18), com vista à sua transformação. Assim, de acordo com Cembranos, Montesinos e Bustelo (2001), a análise da realidade é uma etapa fundamental, pois para transformar uma realidade é necessário conhecê-la de modo aprofundado, refletido e crítico, percebendo a melhor forma de o fazer. Esta etapa concretiza-se em vários momentos, que se complementam, iniciando-se com o conhecimento e a descrição da realidade (o que há e o que não), com indicação dos problemas e necessidades, bem como dos recursos e potencialidades. Torna-se também importante saber e analisar como as pessoas percebem a sua realidade, o valor que lhe atribuem e o seu impacto. A explicação/interpretação é o momento para a compreensão das características da realidade e dos problemas, das suas causas e para a formulação de hipóteses, sendo que as explicações permitem fazer planos para a mudança. Por fim,

o momento das alternativas e ajustes permite identificar outras possibilidades, assim como organizar a informação e construir o estudo da realidade, fazendo uma priorização para a ação (Cembranos et al., 2001).

A análise da realidade conduz à elaboração do plano e ao seu desenvolvimento (Mendonça, 2002). A planificação é “(...) a coluna vertebral da ação (...)” (Cembranos et al., 2001, p. 69) que sustenta o projeto. Sendo flexível e dinâmica, pode evoluir ao longo do mesmo, no sentido do futuro desejável (Boutinet, 2002). Na planificação, devem ser organizadas ações e atividades, que procurem responder aos objetivos elencados (Ander-Egg, 1989, citado por Serrano, 2008). A planificação pode incluir dois níveis: um nível estratégico, associado às finalidades e motivações para a ação, aos apoios necessários e aos instrumentos de avaliação; e um nível operatório, correspondente aos objetivos específicos e aos recursos necessários para a sua concretização (Cembranos et al., 2001). A avaliação é outra das etapas que assume um papel bastante importante, acompanhando as práticas e facultando o *feedback* mais fidedigno do que vai acontecendo (Boutinet, 2002; Cembranos et al., 2001; Mendonça, 2002), de forma a serem realizadas as adequações necessárias.

No processo de transformação da realidade, pelo desenvolvimento de projetos, tanto os profissionais como as pessoas participam ativamente, mas os primeiros possuem uma responsabilidade acrescida, na medida em que têm que atuar com intencionalidade educativa, assim como com consciência social, política e ética (Timóteo & Bertão, 2002). Os profissionais assumem-se como mediadores entre as pessoas e o meio, numa relação marcada pela escuta e respeito, numa lógica de proximidade e empenho, possibilitando às pessoas que se situem melhor consigo próprias e com o seu meio envolvente (Capul & Lemay, 2003). Nesta vertente relacional da sua ação, os profissionais devem procurar ser significativos para as pessoas, mas suficientemente distanciados, de modo a não impor os seus ideais no processo de transformação, incentivando as pessoas para um papel ativo na resolução dos seus problemas e perspetivação de mudanças (Capul & Lemay, 2003; Payne, 2002). Segundo Timóteo e Bertão (2012), o educador social deve possuir um olhar autocrítico sobre si próprio, bem como uma atitude reflexiva, que lhe permita

estar atento e compreender verdadeiramente a realidade. De modo a adequar a sua ação, exige-se ainda a adequação epistemológica e metodológica.

1.2.A INVESTIGAÇÃO AÇÃO PARTICIPATIVA COMO METODOLOGIA PREFERENCIAL

Conforme analisado, os projetos de educação e intervenção social desenvolvem-se em realidades complexas, através de interações humanas e com participação ativa dos envolvidos, pelo que se privilegiam metodologias qualitativas, em que a investigação e a intervenção acarretam uma implicação social crescente e uma prática reflexiva, bem como se sustentam em propósitos como a capacitação e o empoderamento das pessoas, no sentido da produção de conhecimento e da promoção da mudança (Carvalho & Baptista, 2004; Timóteo, 2010).

Estas metodologias permitem romper com os pressupostos positivistas do paradigma dominante, como a racionalidade, a objetividade e a universalidade (Santos, 1987), procurando conhecer uma realidade autêntica e profunda, na qual a subjetividade toma lugar, não existindo modelos de intervenção universalmente válidos e estáticos (Carvalho & Baptista, 2004). Portanto, adaptam-se à imprevisibilidade e diversidade dos contextos sociais, estando assentes nos pressupostos do paradigma sóciocrítico, em que, numa perspetiva personalizada e dinâmica, o conhecimento é subjetivo e flexível, construído na interação com as pessoas, incentivando a sua participação e valorizando o conhecimento do senso comum (Santos, 1987). A transformação social acontece na presença e interação das pessoas e profissionais, fazendo ambos parte da realidade e sendo ambos essenciais para a produção do conhecimento e para a intervenção (Santos, 1987; Lima, 2003).

Neste sentido, a IAP é uma metodologia preferencial, por se enquadrar precisamente nestes pressupostos. No âmbito da IAP, valorizando a participação ativa e o conhecimento dos diferentes atores sociais, "(...) o conhecimento constrói-se em diálogo, e essa construção coautorizada não é por isso pertença de um ator,

mas do investigador coletivo que a foi edificando com os contributos analisados” (Lima, 2003, p. 323). É valorizado o conhecimento local e emancipatório, pelo que as pessoas são envolvidas no processo de conhecimento e transformação e no seu próprio desenvolvimento, sendo encaradas como “(...) autores do seu próprio destino e, como tal, protagonistas privilegiados de um viver em comum”, não sendo assumidas como “(...) meros recursos, nem meros beneficiários (...)” (Carvalho & Baptista, 2004, p. 52). Nesta medida, a participação e a implicação são fundamentais e devem estar presentes em todas as fases do processo, garantindo o acesso a um conhecimento mais personalizado e validado da realidade e uma intervenção mais ajustada à mesma, de modo a transformá-la e promover melhor qualidade de vida (Coutinho, 2013; Lima, 2003; Santos, 1987; Timóteo, 2010).

Nesta perspetiva, numa constante articulação entre a teoria e a prática, a IAP possibilita que os atores sociais se tornem mais capazes de produzir conhecimentos e novos entendimentos acerca dos fenómenos, tal como de desenvolver capacidades e refletir criticamente sobre a sua realidade, o que potenciará o seu desenvolvimento e a mudança (Lima, 2003). Permite, igualmente, aperfeiçoar a racionalidade e a justiça das práticas, pelo desenvolvimento crítico de ideias, bem como promover mais justiça e equilíbrio social (Carvalho & Baptista, 2004; Lima, 2003).

Para um conhecimento mais aprofundado da realidade, torna-se necessário utilizar e adequar diferentes técnicas e procedimentos operacionais de acesso e recolha de informação (Ander-Egg, 1990). A observação participante é uma técnica privilegiada por captar os comportamentos no momento em que se reproduzem. Assim, através do contacto direto, do conhecimento de afirmações não-verbais, da interação e da permanência por um período significativo, o investigador torna-se mais um membro da realidade e vai apreendendo a sua visão/interpretação da mesma (Coutinho, 2013; Quivy e Campenhoudt, 1998). As conversas intencionais devem assentar na perspetiva das pessoas, sendo concretizadas através do diálogo e da interação com as mesmas, conhecendo as suas perceções (Coutinho, 2013). A análise documental relaciona-se com a pesquisa, consulta e análise de documentos variados, que transmitem informação importante para o conhecimento da realidade (Coutinho, 2013). Os registos dos encontros auxiliam no conhecimento, análise e

reflexão acerca da realidade (Bogdan & Biklen, 1994). A análise de conteúdo possibilita o tratamento das informações recolhidas (Quivy & Campenhoudt, 1998). Quando necessário, podem ser utilizadas outras técnicas como a entrevista ou o questionário, que também permitem recolher as opiniões e interpretações das pessoas (Quivy & Campenhoudt, 1998). Pode ainda falar-se da análise estatística, das discussões em grupo e da realização de exercícios de dinâmica de grupo, acrescentando ainda o registo através de fotografias. De referir que o recurso e o cruzamento de diferentes técnicas conduzem a um conhecimento mais real e aprofundado da realidade (Coutinho, 2013).

No entanto, apesar de a ação dos profissionais estar associada aos conhecimentos científicos e técnicos de análise e intervenção social, é de mencionar que esta ação depende essencialmente das suas atitudes e características pessoais (Carvalho & Baptista, 2004; Timóteo & Bertão, 2012). Nesta ação, numa lógica crítica e reflexiva das práticas profissionais, é essencial a existência de uma avaliação contínua.

1.3. A AVALIAÇÃO DOS PROJETOS

Sendo uma das componentes essenciais dos processos de intervenção social, a avaliação dos projetos deve ser contínua, desde o início até ao fim, “(...) com o propósito de controlar a forma como se alcançam os resultados, as lacunas existentes no processo, os aspetos não previstos que vão surgindo na aplicação do projeto, a adequação ou inadequação das actividades, etc.” (Serrano, 2008, p. 84).

De acordo com Cembranos et al. (2001, p. 182), a avaliação permite a recolha e análise sistemática de informação, com vista a “(...) determinar o valor e/ou mérito do que se faz”. Nesta lógica, deve acontecer sobretudo porque se constitui num processo de aprendizagem, possibilitando receber o *feedback* das intervenções desenvolvidas e melhorá-las/ajustá-las, bem como se assume como uma responsabilidade social e política (Cembranos et al., 2001).

Stufflebeam & Shinkfield (1995) criaram um modelo de avaliação qualitativa, que permite a avaliação dos projetos de uma forma contínua e sistemática, com vista ao seu ajustamento e aperfeiçoamento, ao longo do seu desenvolvimento, sendo adequado para avaliar os projetos de educação e intervenção social. O designado modelo CIPP (avaliação do contexto, entrada, processo e produto), refere-se ao

(...) processo de identificar, obter e proporcionar informação útil e descritiva acerca do valor e mérito das metas, a planificação, a realização e o impacto de um objeto determinado, com o fim de servir de guia para a tomada de decisões, solucionar problemas de responsabilidade e promover a compreensão dos fenómenos implicados (Stufflebeam & Shinkfield, 1995, p. 183).

A avaliação do contexto reflete a identificação de potencialidades e recursos, bem como de problemas e necessidades, de modo a que os primeiros possam apoiar na superação dos últimos; constitui-se como um ponto de partida para o projeto, permitindo estabelecer prioridades e conduzindo ao desenho de projeto, com a definição de metas e objetivos (Stufflebeam & Shinkfield, 1995). Na avaliação de entrada, é feita uma análise do desenho de projeto, verificando a sua coerência, credibilidade e capacidade de êxito, eficácia e fracasso; analisam-se, também, as estratégias delineadas, os constrangimentos previstos e identificam-se estratégias alternativas (Stufflebeam & Shinkfield, 1995). A avaliação do processo ocorre ao longo do desenvolvimento do projeto, com a análise da concretização das ações e atividades, permitindo perceber se decorrem como planeado, os imprevistos e se os recursos são utilizados de forma eficiente; são avaliados os critérios delineados, refletindo acerca das mudanças significativas na realidade ou da necessidade de ajustamento do projeto (Stufflebeam & Shinkfield, 1995). Na avaliação do produto, avaliam-se os resultados obtidos com o desenrolar das ações, tendo em conta os objetivos delineados, concluindo se as necessidades foram satisfeitas, o êxito do projeto e o seu impacto na realidade; sendo uma avaliação final, admite a avaliação do mérito e da sustentabilidade do projeto (Stufflebeam & Shinkfield, 1995).

A participação das pessoas é essencial em todos os momentos, que não devem ser encarados como fases a obedecer, mas sim como pontos de análise para uma avaliação contínua e permanente (Petrus, 1997; Stufflebeam & Shinkfield, 1995).

2. AS FAMÍLIAS BENEFICIÁRIAS DO RENDIMENTO SOCIAL DE INSERÇÃO

2.1. O RENDIMENTO SOCIAL DE INSERÇÃO

Em 1992, no âmbito da luta contra a pobreza, foi recomendado a todos os estados-membros da União Europeia que assegurassem o direito dos indivíduos terem recursos suficientes para viverem com dignidade humana (Rodrigues, 2006). Neste seguimento, em Portugal foi implementado o Rendimento Mínimo Garantido (RMG), em 1996. Em 2003, foi revogado, sendo substituído pelo RSI.

A legislação de base do RSI é a Lei n.º 13/2003. De acordo com o guia prático do RSI, este é um “(...) apoio destinado a proteger as pessoas que se encontrem em situação de pobreza extrema (...)”, que incluiu uma prestação em dinheiro e um contrato de inserção (ISS, I. P., 2017, p. 4). O contrato de inserção (CI), “visando uma progressiva inserção social, laboral e comunitária dos seus membros” (ISS, I. P., 2017, p. 4), diz respeito a um “(...) conjunto articulado e coerente de ações, estabelecido de acordo com as características e condições do agregado familiar (...)”, que “[c]onfere um conjunto de deveres e de direitos (...)” (Artigo 3.º do Decreto-Lei nº 133/2012, p. 3273) e se constitui numa condição necessária de acesso à medida (ISS, I. P., 2017, p. 5). O CI integra um conjunto de ações em diferentes áreas, como o emprego, a saúde, a educação, a formação profissional, entre outros. Nesta lógica, o Núcleo Local de Inserção (NLI) é responsável por preparar os recursos e as parcerias, que possibilitem respostas para as necessidades das pessoas (Rodrigues, 2006).

Rodrigues (2006) realça a natureza educativa do CI, pela definição de um projeto de vida, através do envolvimento entre o técnico e a família. Efetivamente, em atendimento, o técnico de RSI deve negociar o CI, procurando perceber o que se assume como mais importante para as pessoas. No entanto, há imperativos legais

que determinam ações de caráter obrigatório que condicionam a negociação, assim como questões macrossistémicas que limitam a sua concretização (Ap. D).

Além da celebração do CI, o direito ao RSI implica o cumprimento de determinadas condições de atribuição: ter mais de 18 anos, não ter património mobiliário superior a 25.279,20€, ter residência legal em Portugal e estar inscrito no Instituto em Emprego e Formação Profissional (IEFP). Caso o requerente se tenha despedido por iniciativa própria há menos de um ano (período de penalização), não tem direito ao RSI. O mesmo acontece em situações de prisão ou institucionalizações suportadas pelo Estado (ISS, I. P., 2017). Ao ser deferido o RSI, existem obrigações a cumprir, como comunicar todas as alterações no prazo de 10 dias, requerer outros apoios a que tenham direito e cumprir com o CI (ISS, I. P., 2017, p. 13-14). O incumprimento destas condições e obrigações provoca a suspensão ou cessação da prestação, com penalizações associadas (ISS, I. P., 2017, p. 14-17). No entanto, alguns imperativos legais devem ser alvo de reflexão, dadas as implicações que acarretam na vida das pessoas e no seu acompanhamento (Ap. D).

A Portaria nº 253/2017 estabelece que as pessoas recebem o RSI a partir da data da receção do requerimento, sendo que, após a atribuição, há o prazo de 45 dias para celebração do CI. O RSI é atribuído por um período de doze meses, sendo renovável, desde que continuem a estar cumpridas as condições de atribuição, o que é feito pelos serviços da Segurança Social, com base no seu sistema de informação (Portaria nº 253/2017). Deixa, assim, de ser necessário o pedido de renovação por parte dos titulares, como estava previsto no Artigo 21.º do Decreto-Lei nº 133/2012.

Os valores do RSI são atribuídos em função dos elementos do agregado familiar, por relação a um valor de referência. Atualmente, a pessoa requerente tem direito a 183,84€ (100% do valor de referência), aos restantes adultos corresponde o valor de 128,69€ (70%) e aos elementos menores o valor 91,92€ (50%). Após este cálculo, são deduzidos todos os rendimentos consideráveis para o mesmo (ISS, I. P., 2017).

Torna-se emergente refletir acerca dos objetivos da medida que, além de procurar assegurar as necessidades essenciais, se propõe à inserção socioprofissional. Efetivamente, verifica-se que estes objetivos não se coadunam totalmente com a realidade, considerando que os valores do RSI atribuídos permitem

assegurar a subsistência básica das famílias, mas mantêm-nas em situações de vulnerabilidade, no limite da sobrevivência. Apesar de permitir ter um rendimento e devolver alguma dignidade, “[p]ermite apenas evitar a mais extrema miséria” (Paugam, 2003, p. 18). Trata-se, assim, de um apoio com o qual subsistem, mas que não é suficiente, limitando o acesso a bens e serviços e conduzindo a endividamentos. Da mesma forma, as ideias preconcebidas acerca das pessoas que recebem o RSI (por exemplo, de que são pessoas que “não querem fazer nada”), associadas a uma certa estigmatização e inferiorização, podem colocar em risco a sua integração social, originando sentimentos de vergonha e revolta. Não raras vezes, as famílias beneficiárias do RSI são acusadas de comprometer o funcionamento da sociedade, estando a elas associados estigmas e processos de marginalização, o que, inevitavelmente, afeta a autoestima das mesmas e pode constituir-se num fator de exclusão social (Rodrigues, 2006). Por outro lado, há outra visão do RSI, por parte de quem o recebe, enquanto um direito absoluto, que acarreta obrigações desnecessárias, algumas contra a sua vontade.

Apesar das limitações da medida, a mesma é necessária até que as famílias se restabeleçam económica e socialmente. No entanto, para muitas famílias, o RSI vai persistindo, perdendo o carácter transitório, dada a dificuldade na reintegração profissional. Assim, a continuidade na situação de desemprego, cada vez mais de longa duração (DLD), impele as famílias à dependência desta prestação social e a um ciclo de problemas. Na perspectiva de Paugam (2003), as políticas sociais têm potencial para minimizar as consequências, no entanto não são suficientes para impedir o processo de desqualificação pessoal e social, face às características da conjuntura socioeconómica.

2.2. O PROCESSO DE DESQUALIFICAÇÃO PESSOAL E SOCIAL VIVENCIADO PELAS FAMÍLIAS

Como concluído no capítulo anterior, o principal motor do processo de desqualificação pessoal e social vivenciado pelas famílias beneficiárias do RSI é o desemprego, sobretudo o DLD, pelas consequências que tem associadas. Os Censos 2011 indicam uma taxa de desemprego de 13.2%, num total de 662.180 pessoas, em Portugal (INE, I.P., 2012). Embora desde 2013 a taxa de desemprego esteja a diminuir de 16.2% em 2013 para 11.1% em 2016 (PORDATA, 2016a), o número de pessoas desempregadas aumentou de 67.5 milhares em 1974 para 573.0 em 2016 (PORDATA, 2016b), sendo que destas pessoas 355.6 milhares encontram-se desempregadas há um ano ou mais (PORDATA, 2016c) e 260.5 milhares há 25 meses ou mais (PORDATA, 2016d).

O DLD é um desemprego de exclusão, que provoca a rutura com o mundo de trabalho e com os modos de socialização associados ao mesmo, colocando em risco a integração social dos sujeitos (Clavel, 2004). Com efeito, o desemprego implica perder o salário e ver diminuídos os rendimentos mensais, podendo verificar-se o sobre-endividamento (Clavel, 2004; Paugam, 2003). Inclui igualmente perder o estatuto de trabalhador e as relações com os colegas de trabalho (Clavel, 2004). O desemprego acarreta, ainda, a perda de ritmos e rotinas, sendo que o desaparecimento das suas referências quotidianas pode conduzir à instabilidade, à confusão no tempo e no espaço, com implicações negativas na organização da personalidade dos sujeitos, tal como à criação de novos hábitos que podem ser incompatíveis com o reingresso profissional (Clavel, 2004). Face à perda de referências, o desempregado tende a vivenciar uma crise de identidade (Paugam, 2003), assistindo-se, ainda, à perda do estatuto social, ou seja, do reconhecimento e utilidade social (Clavel, 2004).

O DLD pode também interferir com a saúde mental e com os comportamentos, conduzindo ao esgotamento e à depressão (Clavel, 2004). Com o tempo, não raras vezes, surgem problemas de saúde, que impedem as pessoas de trabalhar, existindo

uma forte conexão entre o desemprego e a deterioração do estado de saúde, sendo esta relação maior quando as pessoas vivem sozinhas (Clavel, 2004; Paugam, 2003). Frequentemente, emergem também situações de consumos abusivos de álcool ou drogas (Paugam, 2003). O descuido consigo próprios e o menosprezo pelas normas de higiene são também algumas das consequências que marcam os sentimentos de inferioridade e baixa autoestima das pessoas em situação de DLD (Paugam, 2003; Capucha, 2005; Duclos, 2006).

A continuidade nesta situação conduz à diminuição da motivação para o emprego e, portanto, à inatividade e à habituação a uma vida instável, centrada na resolução imediata de problemas quotidianos e no recurso a apoios sociais (Capucha, 2005). São indicados diferentes obstáculos à reintegração profissional, como a formação desajustada, a educação dos filhos, a ausência ou insuficiência de meios de transporte, a idade e os problemas de saúde (Paugam, 2003). Segundo Ramos (2003), os desempregados de meia-idade (dos 40 aos 54 anos) apresentam maior dificuldade de adaptação às inovações, sofrem uma maior desqualificação do seu trabalho e a sua permanência no desemprego é maior. Efetivamente, nas estatísticas da PORDATA (2016c), o grupo etário em que o desemprego com mais de um ano é mais evidente é dos 45 aos 54 anos de idade (95.5 milhares de um total de 355.6 milhares de desempregados há mais de um ano), em 2016. Por norma, estas pessoas são vítimas de discriminação pela existência de limitações físicas e algumas capacidades diminuídas, referentes ao processo de envelhecimento (Ribeiro & Coimbra, 2004).

Um outro fator associado às dificuldades de reintegração profissional destas pessoas é possuírem habilitações escolares inferiores, uma desajustada qualificação profissional e um perfil de competências adquiridas no trabalho, que se torna difícil validar (Ramos, 2003; Ribeiro & Coimbra, 2004). Com efeito, o desemprego atinge mais quem não tem diploma (Clavel, 2004) e apresenta baixo nível de escolaridade, sendo que, das 573.0 milhares de pessoas desempregadas em 2016, 287.3 milhares têm o ensino básico, embora exista também um número significativo (165.0 milhares) de pessoas desempregadas com o ensino secundário ou pós-secundário (PORTDATA, 2016e). Os Censos 2011 indicam uma taxa de desemprego de 38.6% para pessoas com o 1º e 2º ciclo de escolaridade (INE, I.P., 2012).

Para colmatar o baixo nível de escolaridade e insuficiente/ausente ou desajustada qualificação profissional, existem diferentes possibilidades de frequentar formação (Ribeiro & Coimbra, 2004). No entanto, as pessoas com mais de 40 anos tendem a considerar que é tarde para voltar a aprender. Frequentar formação que seja ajustada ao mercado de trabalho é encarada como uma tarefa árdua e longa e considerada humilhante por algumas pessoas, pelo que preferem não a desenvolver (Paugam, 2003).

Nesta medida, o processo torna-se cíclico, sendo que as pessoas vivenciam como não sendo ultrapassável (Clavel, 2004). Com efeito, quanto maior a duração do desemprego, menor é a possibilidade de reconversão, ficando as pessoas desencorajadas e considerando a sua existência insuportável (Capucha, 2005; Paugam, 2003). Este fenómeno conduz à dependência de apoios/subsídios sociais ou ao recurso a atividades informais ou ilegais (Paugam, 2003), de forma a obter meios de subsistência. Para as pessoas de meia-idade, esta dependência torna-se mais acentuada, pois, apesar das dificuldades na reintegração profissional, ainda são novas para requerer a reforma (Ramos, 2003). O sentimento de angústia é ainda maior quando se assiste em simultâneo à desqualificação habitacional, que aumenta a inferioridade e o sentimento de desproteção (Paugam, 2003).

Neste sentido, as pessoas em situação de DLD tendem a vivenciar uma sensação de desqualificação, inferioridade e inadequação, sentindo-se cada vez mais separadas da restante população, por uma diminuição progressiva da participação na sociedade, sendo que esta experiência de desalento pode levar à resignação (Clavel, 2004; Paugam, 2003). Efetivamente, a desqualificação é, por si só, humilhante e angustiante, alterando as relações com os outros, sentindo-se observadas e ameaçadas. O receio e o sentimento de culpa conduzem à redução ao espaço doméstico (Paugam, 2003), ficando privadas de atividades diferentes e inibidas de aplicar os seus conhecimentos. Segundo Paugam (2003), quanto mais a situação se prolonga, maior é a dificuldade em constituir ou manter a família e a rede de amigos. Assim, além de perder as relações do trabalho, há um afastamento de amigos, nomeadamente pelo sentimento de vergonha, sendo que este isolamento provoca

também tensões nas relações familiares, que podem inclusive chegar à rutura (Clavel, 2004).

Face ao exposto, em consequência dos diversos acontecimentos que contribuem para a precariedade e vulnerabilidade, assiste-se ao enfraquecimento e à rutura progressiva dos laços sociais, sendo que, pelas consequências múltiplas, ficam comprometidas as suas funções de proteção e reconhecimento (Clavel, 2004; Monteiro, 2004; Paugam, 2008). Este enfraquecimento e rutura contribuem para a desafiliação, desqualificação e desinserção social das pessoas (Clavel, 2004; Paugam, 2008), sendo marcadas por uma vulnerabilidade difundida e pela acumulação de insucessos e fracassos, que conduz à estigmatização e marginalização (Monteiro, 2004; Paugam, 2003). O preconceito e a segregação traduzem as representações negativas criadas acerca das pessoas desempregadas, sobretudo daquelas que recebem subsídios sociais (como o RSI), sendo consideradas como incapazes, vadias, preguiçosas e culpadas pela situação (Capucha, 2005; Paugam, 2003).

Conjuntamente, o enfraquecimento e a rutura dos laços sociais têm um forte impacto no isolamento social e na desvalorização identitária, sendo que as pessoas desempregadas, em situação de vulnerabilidade, nomeadamente as de famílias mais pobres, apresentam menos recursos para constituir e manter ligações suficientemente capazes de assegurar a sua estabilidade (Capucha, 2005; Paugam, 2008).

Por conseguinte, as pessoas tendem a entrar num processo de acomodação, tendo dificuldade em definir objetivos de vida e participar na sociedade, confirmando, de alguma forma, os preconceitos (Capucha, 2005). Paralelamente, veem afetada a sua autoestima, sendo que a sua imagem desvalorizada, que encobre as suas capacidades, dificulta a reintegração profissional (Capucha, 2005), alimentando o ciclo.

Efetivamente, face aos múltiplos problemas vividos, as pessoas em situação de DLD sofrem de insegurança, *stress* e vivenciam sentimentos de desproteção e inutilidade, que as conduz a problemas existenciais, colocando em causa o sentido para a vida (Clavel, 2004; Duclos, 2006). Se a pessoa acumula fracassos e insucessos, não desenvolve a sua autoestima, já que esta se alimenta sobretudo dos êxitos

(Duclos, 2006). Da mesma forma, na medida em que a autoestima também depende do juízo ou aprovação dos outros, estando relacionada com a qualidade da relação consigo próprio e com os outros (Duclos, 2006), a estigmatização e os preconceitos depreciativos e discriminatórios influenciam negativamente o juízo formulado acerca de si próprio, existindo um impacto negativo na identidade e autoestima das pessoas (Paugam, 2003). A diminuição da autoestima manifesta-se através de sentimentos de indignidade pessoal e culpa, bem como por uma repudição generalizada para a vida, com prejuízo na sua autoimagem e no seu autoconceito (Quiles & Espada, 2007; Paugam, 2003). Consequentemente, as pessoas tendem a desvalorizar-se, a não reconhecer o seu valor pessoal, a ter dificuldades em se elogiar e a desacreditar nas suas qualidades e habilidades, tendo também dificuldades em aceitar e enfrentar as adversidades da vida e manter a esperança (Duclos, 2006).

Face ao descrito, as pessoas em situação de DLD vivenciam um processo de desqualificação e desvalorização pessoal e social, com impacto em vários domínios da sua vida (Capucha, 2005; Clavel, 2004; Paugam, 2003). Todavia, sendo vivenciado pelas pessoas, este processo não pode ser imputável às mesmas, sendo de considerar as causas de carácter mais macro e estrutural (Ribeiro & Coimbra, 2004).

Esta é uma realidade em que impera a diversidade, a pluralidade e a complexidade, onde coexistem vários fatores de risco que afetam diferentes elementos, tratando-se de famílias multidesafiadas (Sousa, 2005; Sousa, Hespanha, Rodrigues & Grilo, 2007). A acumulação e a persistência desses fatores de risco, que se combinam, influenciam e reforçam mutuamente, aumentam a vulnerabilidade das famílias, podendo comprometer o seu desenvolvimento (Almeida et al., 2016; Pessanha, Cadima, Nunes, Novais & Alves, 2009). Além disso, face aos múltiplos problemas, muitos deles graves e de longa duração, os resultados e mudanças nestes contextos são pouco visíveis e demorados, exigindo intervenções prolongadas (Sousa, 2005; Sousa et al., 2007).

2.3.A INTERVENÇÃO PSICOSSOCIAL COM AS FAMÍLIAS BENEFICIÁRIAS DO RSI: AS POTENCIALIDADES DE UMA AÇÃO EM UM GRUPO

Apesar dos múltiplos desafios e problemas vivenciados pelas pessoas beneficiárias do RSI, a intervenção com as mesmas não pode centrar-se nos aspetos negativos, nem desenvolver-se através de práticas substitutivas que contribuem para a desresponsabilização e dependência das famílias, e que exigem o seu pouco envolvimento, como acontece nos modelos mais tradicionais (Alarcão, 2000; Sousa, 2005; Sousa et al., 2007). Pelo contrário, é fundamental que a intervenção promova o reforço e a valorização das potencialidades e competências das famílias (Sousa, 2005), considerando o potencial das mesmas e desenvolvendo processos de resiliência, para interromper a trajetória de risco e facilitar a adaptação positiva às situações, superando as adversidades (Zimmerman & Arunkumar, 1994, citado por Antoni, Hoppe, Medeiros, & Koller, 1999).

Neste sentido, a intervenção promove “(...) o crescimento, o desenvolvimento, a maturidade, o melhor funcionamento e uma maior capacidade de enfrentar a vida (...) uma maior apreciação, uma maior expressão e uma utilização mais funcional dos recursos internos latentes” (Rogers, 1985, p. 43). Efetivamente, numa intervenção psicossocial, é possível valorizar o potencial das pessoas, acreditando nelas e no seu valor positivo, e procurar novas formas de lidar com os problemas, envolvendo-as ativamente no seu próprio processo de desenvolvimento e transformação, para que, autonomamente, consigam adaptar-se ao meio e superar as adversidades (Carvalho & Baptista, 2004; Payne, 2002; Rogers, 1985; Simões, Fonseca & Belo, 2006).

Nesta lógica, aproximando-se dos pressupostos do paradigma sócio-crítico e da IAP, a intervenção psicossocial desenvolve-se em relações co-construídas e complementares, numa abordagem colaborativa e holística. Como tal, verifica-se a participação e o envolvimento mútuo dos diferentes elementos, tendo o profissional a função facilitadora e catalisadora de desenvolvimento, apoiando e ativando competências das famílias, mas não se substituindo às mesmas (Lima, 2003; Rogers,

1985; Santos, 1987; Simões et al., 2006; Sousa et al., 2007). Para esta ação, são fundamentais as capacidades de escuta, observação e reflexão do profissional (Guerra & Lima, 2005; Simões et al., 2006; Timóteo, 2010), para além do conhecimento das famílias. Deve, ainda, garantir o respeito, a confidencialidade, o interesse, a disponibilidade, a reflexividade, a congruência, a genuinidade e autenticidade, a consideração positiva incondicional e a compreensão empática (Rogers, 1985; Timóteo, 2010). Usando as palavras de Santos (2004, p. 23), “pelas atitudes que transporta para a relação”, o profissional deve permitir que as pessoas se sintam acolhidas, livres para ser genuínas, sem receios de julgamentos.

Face ao exposto, para que as pessoas beneficiárias de RSI reestabeçam o equilíbrio e progridam no sentido da mudança, para o alcance da realização pessoal e adaptação às transformações dos contextos, deve ser desenvolvida uma intervenção psicossocial, baseada em relações de maior proximidade e personalizadas, recíprocas e dialéticas, que proporcionem um ambiente contentor de segurança e confiança. Nesta lógica, a intervenção permite trabalhar com as pessoas para a sua compreensão e conhecimento, para o reforço da sua autoestima, para a valorização da sua identidade pessoal e social, para o reconhecimento das suas potencialidades e recursos, bem como para a reformulação ou ajuste das suas próprias concepções de vida. Assim, promove a capacidade de olhar para os problemas de outra forma, tal como a autonomia na resolução das adversidades, possibilitando, ainda, a existência de uma maior proximidade, confiança e cumplicidade entre os profissionais e as famílias, o que pode influenciar positivamente o processo de inserção. Com efeito, a existência de equipas de RSI com intervenção local facilita um acompanhamento de maior proximidade com as famílias, em que os profissionais procuram suprir burocracias e tornar a relação mais direta e simétrica.

No âmbito da intervenção psicossocial, nomeadamente em contexto de RSI, numa lógica de cooperação e maior eficiência, o envolvimento do próprio ecossistema das pessoas (comunidade, amigos, instituições) pode ser um aliado e um recurso na intervenção (Alarcão, 2000; Sousa et al., 2007). Desta forma, torna-se importante a mobilização e integração dos diferentes atores sociais, parcerias e dinâmicas locais, a partir de um trabalho interinstitucional e em rede, que permita diminuir o número de

profissionais e ações a que as famílias têm que responder, potenciar recursos e otimizar a intervenção (Alarcão, 2000; Carvalho & Baptista, 2004; Neves, Cruz & Silva, 2010; Pessanha et al., 2009). Esta é uma tarefa complexa, sendo salientado por alguns autores que as dificuldades associadas a este contexto de intervenção podem desencadear nos profissionais sentimentos de fracasso, impotência e esgotamento, ganhando especial relevância o trabalho em equipa/grupo e a existência de supervisão estruturada e regular como aspetos compensatórios (Sousa, 2005).

Considerando a importância de promover a criação e fortalecimento de laços sociais e afetivos nas famílias multidesafiadas beneficiárias do RSI, pela relevância da filiação a grupos para o desenvolvimento pessoal e social, é também essencial que a intervenção psicossocial se desenvolva em grupo. De facto, desde que nascem, as pessoas participam em diferentes grupos, existindo em função dos inter-relacionamentos, numa “constante dialética entre a busca de sua identidade individual e a necessidade de uma identidade grupal e social” (Zimmerman, 2000, p. 82). Assim, o grupo deve ser encarado como um lugar de socialização, de realização, de expressão e de encontro, que possui normas e que permite a cada elemento reconhecer-se perante os outros, possibilitando, também, a aprendizagem de várias funções associadas à vida coletiva (Capul & Lemay, 2003).

Numa intervenção psicossocial em grupo, existem vários fatores que permitem que o mesmo se assuma como um suporte e um fator impulsionador para enfrentar as adversidades e para o processo de mudança, nomeadamente pela importância da pertença a uma rede relacional, em que as pessoas se identificam e são reconhecidas pelos outros. Desde logo, pode referir-se a partilha de conhecimentos importantes para o grupo, pela informação participada de saberes práticos, que conduz à identificação entre os elementos, à compreensão e ao sentimento de universalidade, encontrando situações comuns e percebendo que os problemas de cada um não são únicos, insuperáveis e imutáveis (Bloch & Aveline, 1999; Yalom, 2000). Deste modo, é potenciada a esperança para a resolução dos problemas, acreditando em melhorias, pelo reforço de expectativas positivas, bem como é estimulado o altruísmo pela possibilidade de, além de cada um ser apoiado, sentir-se valorizado por ajudar os outros, fomentando a autoestima e o bem-estar, num equilíbrio entre dar e receber

(Bloch & Aveline, 1999; Yalom, 2000). Nesta medida, é promovida uma aprendizagem interpessoal, já que cada elemento recebe *feedback* dos outros e experimenta novas formas de se relacionar e superar dificuldades, conhecendo-se melhor a si e aos outros (Bloch & Aveline, 1999; Yalom, 2000). O grupo assume-se como espaço de comunicação, verbal e não-verbal, e como “uma galeria de espelhos, onde cada um pode refletir e ser refletido *nos e pelos outros*” (Zimerman, 2000, p. 86).

Estar em grupo possibilita igualmente o desenvolvimento de processos de socialização e de aptidões sociais, pela possibilidade de adoção e modelação de comportamentos em função do que é falado e visto no grupo (Bloch & Aveline, 1999; Yalom, 2000). As vivências em grupo permitem a recapitulação corretiva do grupo familiar primário, sendo que os processos transferenciais possibilitam reinterpretar e clarificar experiências (Yalom, 2000). Da mesma forma, é possível falar de catarse em grupo, pela expressão de sentimentos mais profundos que possibilitam a reflexão sobre as emoções; estas descargas emocionais espelham a confiança e o à vontade com o grupo, sem receios de julgamentos e protegidas pelo sigilo, confidencialidade e lealdade (Yalom, 2000). Esta atratividade do grupo, as constantes identificações e apoio mútuo, a par dos sentimentos de pertença e de confiança promovem a coesão grupal e diminuem o isolamento, a solidão e a desesperança (Bloch & Aveline, 1999; Yalom, 2000). Um grupo coeso apresenta uma função de extrema importância, sendo “continente das angústias e necessidades de cada um e de todos” (Zimerman, 2000, p. 86). Em suma, as vivências em grupo são de tal forma importantes que, para Fritzen (1981), podem ter impacto nos modos de ver e viver a vida.

Na intervenção psicossocial em grupo, realçam-se os grupos de auto-ajuda, constituídos por pessoas com problemas e necessidades comuns que, partilhando-os, aprendem umas com as outras, num compromisso de ajuda mútua (Lieberman, 1998). Nestes, há a partilha de emoções e a criação de relações que, aliadas à aceitação incondicional e ao sentimento de compreensão e de pertença, geram uma forte coesão, funcionando como suporte e apoio social (Lieberman, 1998).

Neste sentido, e considerando que as famílias beneficiárias de RSI vivenciam um processo de desqualificação pessoal e social, no âmbito do seu acompanhamento, há vantagens numa intervenção psicossocial em grupo. Esta tem potencial para

responder às múltiplas necessidades e promover o desenvolvimento de cada um, nomeadamente pelo reconhecimento e reforço de capacidades e recursos, pela valorização e sentimento de utilidade e pelo aumento da autoestima, que se traduz em esperança na superação dos problemas e na produção de expectativas positivas. Paralelamente, permitindo a criação e fortalecimento de relações e novas redes de suporte, facilita a existência de um sentimento de identificação, compreensão e de pertença, de confiança e de segurança, que favorecem a integração e a coesão social, bem como a tomada de consciência, a capacidade de enfrentamento das adversidades, a procura da mudança e o reencontro de um sentido para a vida (Capul & Lemay, 2003; Yalom, 2000). A intervenção com grupos de pessoas beneficiárias de RSI assume-se, assim, como positiva na preparação das mesmas para as ações do quotidiano, como para a resposta a desafios diários, a procura de emprego, a superação de problemas emocionais, a resolução de problemas conjugais e parentais, o enfrentamento do estigma que lhes é associado, o contacto e articulação com outras pessoas e entidades, para além de contrariar o isolamento social.

Mantendo como foco o envolvimento, a participação ativa e a valorização dos elementos, tal como a crença no valor positivo do grupo e na mudança (Guerra & Lima, 2005; Lima, 2003; Santos, 1987), ao profissional cabe criar as condições necessárias para o funcionamento do grupo. Isto é, mediá-lo e orientá-lo, no sentido do desenvolvimento, da transformação e do empoderamento pessoal e grupal, numa postura colaborativa, tornando-se mais um membro do grupo, embora diferenciado (Bechelli & Santos, 2005; Rogers, 1985; Yalom & Leszcz, 2005).

Na intervenção com grupos, uma das estratégias frequentemente utilizada são os exercícios de dinâmicas de grupo, que se referem a “recursos técnicos auxiliares para ampliar a compreensão do processo grupal, mobilizar os integrantes para o reconhecimento de uma realidade” (Gayotto, 2003, p.167). Esta estratégia apresenta vantagens ao nível do desenvolvimento pessoal e grupal, proporcionando vivências que se traduzem numa visão mais ampla das situações, o que facilita a reflexão acerca das dinâmicas relacionais e da experiência, permitindo explorar “o emocional presente nas palavras e (...) situações novas, percebendo algo nas pessoas e nas relações que as unem” (Gayotto, 2003, p.167).

**PARTE II – O PROJETO “SEGUIR EM FRENTE,
ENFRENTANDO OS DESAFIOS DA VIDA”**

1. CONTEXTO DE REALIZAÇÃO DO PROJETO

O projeto foi desenvolvido com um grupo de mulheres beneficiárias do RSI, que se encontram em acompanhamento por uma equipa que está integrada numa Santa Casa da Misericórdia, com protocolo com o Instituto da Segurança Social (ISS). A caracterização e análise do contexto são apresentadas do mais geral para o mais particular, iniciando-se pela instituição e pela equipa, seguindo-se o estudo da caracterização das famílias acompanhadas pela equipa e, por fim, a caracterização do grupo com o qual o projeto foi desenvolvido.

Sendo este um projeto de IAP, foi necessário ter em conta a voz de todos os envolvidos na realidade, resultando este capítulo do envolvimento e participação da equipa e do grupo. Todo o conhecimento foi construído ao longo do tempo, sobretudo por pertencer à equipa e pela participação no projeto². Neste processo, foi fundamental o recurso a diversas técnicas de recolha de informação, como a análise da legislação e de documentos internos, as conversas intencionais com o grupo e com a equipa, bem como a observação participante. Com o grupo, recorreu-se ainda a exercícios de dinâmicas de grupo e a discussões grupais.

1.1. A INSTITUIÇÃO E A EQUIPA DE RSI

A Instituição fica localizada no norte do país e pertence à área metropolitana do Porto. Tem várias valências, intervindo em diferentes áreas, como a família e a comunidade, a infância e os idosos. Neste sentido, além de equipas de RSI, a

² Ao longo desta parte do relatório pode ser necessário o recurso à primeira pessoa do singular ou do plural, precisamente porque a autora do relatório foi participante do projeto e é um dos elementos da equipa de RSI.

instituição dispõe de um gabinete de apoio à família, um projeto no âmbito do Programa Escolhas com atuação em duas das freguesias em que atuam as equipas de RSI e um programa de apoio alimentar. No que respeita à infância, possui três creches (150 vagas) e uma casa de acolhimento para crianças e jovens (20 vagas, acrescidas de 2 de emergência). Quanto à população idosa, apresenta dois centros de dia (100 vagas), um centro de convívio (120 vagas) e apoio domiciliário (140 vagas). Inclui, ainda, uma empresa de inserção, que dispõe de serviços variados, como o apoio domiciliário, o transporte de doentes, a lavandaria, entre outros.

Entre a Misericórdia e o ISS foi estabelecido um protocolo de cooperação, em 2005, que inclui quatro equipas de RSI, com igual constituição e funcionamento. Cada uma das quatro equipas é responsável pelo acompanhamento de famílias beneficiárias do RSI, residentes em diferentes freguesias do concelho.

A existência de protocolos de RSI está prevista no artigo 37º da Lei nº 13/2003 e surge como uma estratégia que visa ganhos de eficiência, segundo o Manual de Protocolos de RSI, datado de 2011 (MP de RSI)³. Numa breve contextualização, estes protocolos enquadram-se na Unidade de Desenvolvimento Social e Programas do ISS, nomeadamente no Núcleo de Intervenção Social - Setor 2. A coordenação e o acompanhamento das equipas de RSI cabe aos Serviços Locais de Ação Social concelhios, através dos NLI, responsáveis pela gestão processual dos percursos de inserção das famílias. Os NLI são constituídos por “(...) representantes dos organismos públicos, responsáveis na respetiva área de atuação, pelos sectores da segurança social, do emprego e formação profissional, da educação, da saúde e das autarquias locais” (Nº 3 do Artigo 33.º da Lei nº 13/2003). A sua coordenação é responsabilidade do representante da Segurança Social.

De acordo com o MP de RSI (2011, p. 3), a finalidade da ação social é a “prevenção e reparação das situações de carência e desigualdade social bem como, de dependência, de disfunção ou exclusão”.

³ Este manual e outros documentos e regulamentos da instituição não são incluídos em anexo ou identificados nas referências para preservar o anonimato da instituição na qual foi desenvolvido o projeto.

Relativamente aos objetivos que se propõe alcançar, estes são

(...) a potenciação dos factores de protecção de cada família, enquanto estratégia de prevenção; a intervenção precoce enquanto estratégia eficaz para minimizar situações de risco/perigo; a abordagem local/comunitária, através de iniciativas e serviços locais, centrados na comunidade e promotores do desenvolvimento social (MP de RSI, 2011, p. 3).

Precisamente no sentido de alcançar a finalidade e os objetivos definidos, a ação social local conta com a intervenção dos Protocolos de RSI, sendo que a forma como esta permite responder (ou não), é abordada ao longo da caracterização da equipa onde foi desenvolvido o projeto.

A equipa é constituída por cinco elementos: uma Técnica Superior de Serviço Social (TSSS, autora deste relatório), uma Educadora Social, uma Psicóloga e duas Ajudantes de Ação Direta (AAD). De referir que as AAD apresentam formação ao nível do 12º ano, na área do acompanhamento à família e à comunidade. A constituição da equipa está assim definida desde 2009, sendo que, entre 2005 e 2009, era apenas constituída por uma TSSS e pela Educadora Social a tempo inteiro e pela Psicóloga a meio tempo. Quanto às profissionais, apenas houve substituição da TSSS, em 2011, pelo que a continuidade da equipa proporciona um conhecimento cada vez mais aprofundado da realidade, reforça as dinâmicas relacionais entre as profissionais e garante a continuidade das intervenções.

De acordo com o Relatório de Funcionamento do Protocolo de RSI da Instituição, datado de 2015, no que respeita à distribuição processual, a equipa deve acompanhar 180 famílias, contudo este número é variável, de acordo com a necessidade de receber ou dar saída de processos (a título de exemplo, em maio de 2017 a equipa acompanhava 202 famílias). Quando atribuídos os processos familiares, a TSSS inicia o acompanhamento, no sentido de um conhecimento inicial das famílias e das suas realidades, sendo este necessário para a distribuição das famílias pelas três técnicas, conforme os critérios designados pela coordenadora do NLI. Assim, as famílias de tipologia isolada e/ou com menos problemas identificados/revelados são atribuídos à Psicóloga, que acompanha no mínimo 30

famílias, já que está responsável também por acompanhamentos psicológicos a outras famílias. É de referir que o acompanhamento psicológico não apresenta carácter obrigatório, não sendo incluído no CI. As famílias em situação de maior risco, com menores com medida na Comissão de Proteção de Crianças e Jovens e Equipas Multidisciplinares de Assessoria aos Tribunais (CPCJ e EMAT) e as restantes situações são divididas entre a Educadora Social e a TSSS. A Educadora Social acompanha, no mínimo, 60 famílias, sendo ainda responsável pela orientação e gestão do trabalho das AAD. A TSSS é técnica gestora de um maior número de famílias, no mínimo 90. De referir que a coordenadora encaminha outras famílias para o acompanhamento da equipa, além das 180 protocoladas, as quais são divididas pelas três técnicas, segundo os mesmos critérios. Assim, a utilização da expressão “no mínimo” relativa ao número de acompanhamentos refere-se ao facto de aquele ser o número protocolado, mas na prática, normalmente, ser maior.

No que diz respeito às funções da equipa, de acordo com o MP de RSI, estas dividem-se em dois níveis. O nível I inclui a avaliação inicial das famílias que requerem RSI, que devem ser esclarecidas quanto à medida, a negociação e assinatura do CI e a emissão de parecer técnico para o Núcleo de Prestações do ISS. O nível II integra a intervenção efetiva com as famílias, a elaboração do relatório social e o acompanhamento das ações do CI. De acordo com o MP de RSI, na base deste acompanhamento (nível II) está a criação de uma relação empática, de confiança e de maior proximidade, em que aos técnicos é exigido um conjunto de competências (Anexo A).

A informatização dos processos familiares na plataforma ASIP (Ação Social Interface Parceiros) é outra função dos técnicos. Apesar da sua importância, por se constituir como um meio facilitador do trabalho em rede e do acesso à informação, a exigência do uso desta plataforma retira à equipa tempo útil para o trabalho mais direto e próximo com as famílias, contribuindo também para isso as dificuldades associadas ao número elevado de processos que lhes são atribuídos.

Tendo por base o MP de RSI, as AAD acompanham de forma mais próxima e continuada as famílias indicadas pelas técnicas e que aceitam esse tipo de intervenção, sendo-lhes exigido um conjunto de competências (Anexo B). De forma

geral, definem e calendarizam planos de intervenção em conjunto com as famílias, identificando os objetivos a alcançar, numa lógica educativa e de reforço de competências. Esta intervenção decorre em gabinete e/ou no domicílio. As AAD prestam também apoio administrativo à equipa, no que se refere à organização da informação processual, convocatórias, entre outras tarefas de apoio.

Conforme o Regulamento Interno do Protocolo de RSI da Instituição, datado de 2011, a equipa organiza-se diariamente por tempos específicos, em função da concretização de reuniões, atendimentos no serviço, visitas domiciliárias, articulações interinstitucionais e parcerias, acompanhamentos a outros serviços, tal como ações e programas em grupo (Ap. E). Estes momentos são fundamentais para uma intervenção de proximidade.

Considera-se ainda fundamental a pluridisciplinaridade da equipa, que desenvolve a sua intervenção numa lógica de cooperação, apoiando-se na superação de obstáculos. Com efeito, atendendo à complexidade das situações, para que a intervenção seja adequada e abrangente deve ser prestada por equipas pluridisciplinares (Pinto, Grande, Novais, Rosário & Barbieri 2009). Tendo por base a perspetiva de Franco (2007), considera-se que nesta equipa predominam as características do modelo de funcionamento interdisciplinar. Cada um dos elementos, de diferentes ramos científicos, desempenha as suas funções em colaboração com os restantes, todos conhecem as famílias e intervêm com elas. Cada técnico gestor toma as decisões finais referentes às famílias por quem está responsável, mas estas são refletidas conjuntamente, valorizando-se a opinião geral da equipa. A partilha de informações é considerada basilar e, por isso, é frequente, existindo, assim, uma estrutura formal de interação e trabalho em equipa.

É igualmente importante referir que a intervenção da equipa cessa aquando da cessação da prestação do RSI, salvo exceções em que se justifique e seja necessário continuar a intervir, até ao término do CI. Com o final da atuação da equipa, o processo familiar é devolvido à Ação Social, podendo ser acompanhado por uma técnica de atendimento/accompanhamento social, sendo encaminhado para a equipa da Rede Local de Intervenção Social (RLIS), se a família continuar a necessitar de uma intervenção de maior proximidade, mas já não receber a prestação do RSI.

Um outro aspeto ainda não mencionado e com influência na intervenção e na relação com as pessoas é o espaço em que as mesmas se desenvolvem (Ap. F). Neste caso, numa moradia antiga, da qual a equipa de RSI utiliza o rés-do-chão. Do exterior, a moradia aparenta-se com uma casa comum, tendo a identificação da instituição apenas numa porta interna. O espaço é composto pela entrada, sala de atendimento, sala de trabalho/reuniões, casa de banho e um espaço amplo, semelhante a um armazém, na parte traseira. De modo geral, é agradável e adequado às necessidades das pessoas e do serviço, localiza-se numa freguesia vizinha da das famílias em acompanhamento, o que permite à maioria das pessoas deslocar-se a pé.

O grupo de mulheres com o qual foi desenvolvido o projeto, em conversas intencionais decorridas em sessões grupais com a minha presença, não revelou críticas a apontar à equipa e à intervenção da mesma. As mulheres mencionaram que consideram que a equipa não interfere demasiado nas suas vidas, não deixando, por isso, de estar presente. Naquelas conversas, ressaltaram a importância de serem apoiadas em alguns procedimentos burocráticos necessários (Ap. G, registo 2). Com efeito, com as famílias que apresentam maiores dificuldades ao nível da literacia ou outras competências pessoais, é necessário um maior apoio para o cumprimento de determinadas burocracias; contudo, é reforçada a sua responsabilidade neste processo, envolvendo-as no mesmo. Quanto à equipa, o grupo referiu pensar que existe a flexibilidade na atuação e agendamentos, havendo também possibilidade de contactos telefónicos, sempre que necessário. Afirmou ainda compreender as medidas e os procedimentos que a equipa desenvolve, já que estes lhes são previamente explicados de forma clara (Ap. G, registo 2). No que se refere ao espaço, em sessão grupal, o grupo mencionou ser do seu agrado e considerar a localização positiva, por lhes permitir deslocar-se a pé (Ap. G, registo 2).

Em reuniões e durante as diferentes conversas com as colegas da equipa, foi possível recolher informação sobre as suas perceções acerca das representações que as famílias têm do funcionamento da equipa. Assim, a equipa de RSI referiu pensar que, para algumas famílias, é vista como um meio e recurso de articulação com o ISS, que cumpre orientações e procedimentos e procura ajudar, tendo uma atuação positiva no seu quotidiano. No entanto, disse pensar que outras famílias a entendem

como uma fiscalização e desvalorizam a intervenção, sendo mais difícil chegar a elas (Ap. H, registo 1). Esta diferenciação poderá estar relacionada com a forma como as diferentes pessoas lidam com o recurso e a dependência de apoios e intervenções sociais, podendo ter a ver também com características das próprias famílias, com os procedimentos instituídos e com as intervenções a partir destes.

No que respeita ao cumprimento dos objetivos da intervenção, nas conversas, a equipa mencionou que se vão concretizando, com exceção dos que estão associados a questões formativas, pela escassez e inadequação da oferta, ou profissionais, em consequência da conjuntura económica do país, da crescente modernização e consequente desadaptação das qualificações das pessoas. Neste sentido, a equipa disse pensar que o que depende diretamente do seu trabalho tem resultados mais positivos e visíveis, como o desenvolvimento de competências pessoais e sociais, a constante sensibilização e consciencialização, assim como o apoio na adaptação a mudanças e a resolução de problemas/dificuldades que vão surgindo nas vidas das famílias (Ap. H, registo 1), o que é desenvolvido através do acompanhamento psicossocial, que procura dar resposta às necessidades das pessoas, numa perspetiva de mudança e transformação.

Todavia, nos seus discursos, a equipa reconheceu a necessidade de alterações políticas e institucionais, a nível mais macro, pela adequação de medidas de apoio mais humanistas e menos instrumentais, para que os objetivos da medida e da intervenção sejam completamente alcançados (Ap. H, registo 1). Conforme também referido pela equipa, identificam-se, ainda, diferentes constrangimentos à sua ação, nomeadamente a insuficiência de recursos e verbas, bem como a burocratização de processos sociais, isto é, lógicas institucionais de alguma forma estandardizadas, uma burocracia exigente/rígida e uma avaliação maioritariamente quantitativa (Ap. H, registo 1). Pode ainda apontar-se o número elevado de famílias em acompanhamento (neste caso, 202 famílias para as três técnicas), as limitações na articulação com outros serviços, tal como a inexistência de avaliação de desempenho dos profissionais.

Apesar das dificuldades, considera-se que o trabalho da equipa acarreta vantagens e permite responder à finalidade e aos objetivos da ação social,

nomeadamente pelo desenvolvimento de uma intervenção local, de proximidade e personalizada que, pelo maior conhecimento da realidade e do território, permite a produção conjunta de respostas para as reais necessidades das pessoas. Contudo, para que esta ação resulte em mudanças úteis para a vida das pessoas, é necessário envolvê-las nestes processos e construir intervenções que respondam não apenas às suas necessidades, mas também que considerem os seus recursos, potencialidades e vontade de mudar. Para isso, será necessário que os profissionais das equipas atendam às características das pessoas com quem desenvolvem as suas ações.

1.2. AS FAMÍLIAS BENEFICIÁRIAS DO RSI E O GRUPO “MULHERES ANÓNIMAS”

Com o objetivo de caracterizar as famílias beneficiárias do RSI em acompanhamento pela equipa à data do início do projeto, foi realizado um estudo que incidiu sobre a totalidade das famílias em acompanhamento (202). Este estudo pode ser consultado no Ap. I.

As 202 famílias, na altura em acompanhamento, incluíam um total de 515 pessoas, 49.1% do sexo masculino e 50.9% do sexo feminino, na sua maioria adultas (63.9%), sendo o grupo etário predominante entre os 35 e os 64 anos (Ap. I, quadro 1 e gráfico 1). Predominavam as famílias constituídas por pessoas que vivem sozinhas, sem filhos (34.7%), seguindo-se, em igual percentagem (23.8%), as famílias monoparentais e nucleares com filhos (Ap. I, gráfico 2).

Relativamente ao emprego, a maioria (79.3%) dos adultos encontrava-se desempregada, os restantes apresentavam empregos precários, com baixos salários, havendo também estudantes (8.3%) e alguns pensionistas (1.8%). Mais de metade (65%) dos desempregados encontrava-se em situação de DLD (Ap. I, gráficos 5, 6 e 7). Dada a insuficiência de rendimentos, as famílias apresentavam dificuldades em fazer face às despesas, aceder a bens e serviços e assistia-se a endividamentos.

Relativamente ao nível de escolaridade, mais de metade tinha apenas o 1º ciclo (32.2%) ou o 2º ciclo (24.3%), havendo uma taxa de analfabetismo de 9.1% (Ap. I, gráfico 4). De referir que 71.3% das famílias viviam com razoáveis ou boas condições de habitabilidade, conforto e salubridade, estando 13.4% das famílias em más condições (Ap. I, gráfico 10). O alcoolismo (10%), a toxicodependência (2.7%), ambas em simultâneo (2.1%), outros problemas de saúde (15.7%) e detenções (5.5%) eram alguns dos problemas que caracterizam os adultos das famílias (Ap. I, gráfico 11).

A maior parte (69.9%) dos menores tinha entre 6 e 17 anos e frequentava a escolaridade obrigatória (Ap. I, gráfico 1 e 8). Verificavam-se 4 situações (2.2%) de abandono escolar (Ap. I, gráfico 8), e cerca de um quarto (25.3%) das crianças e jovens apresentavam dificuldades de comportamento e nas aprendizagens (Ap. I, gráfico 9). As crianças dos 0 aos 5 anos estavam na sua maioria integradas em estabelecimentos educativos (Ap. I, gráfico 8). Existiam crianças e jovens com medidas de acompanhamento pela CPCJ ou EMAT (12.9%) e em acolhimento familiar ou residencial (4.3%) (Ap. I, gráfico 9).

Em função das características das famílias, surgia a necessidade de acompanhamento por outros serviços, o que acarretava, por vezes, situações de multiassistência, exigindo intervenções articuladas.

Pela impossibilidade de desenvolver o projeto de educação e intervenção social com todas as famílias em acompanhamento, decidiu-se caracterizar mais aprofundadamente oito mulheres beneficiárias do RSI em acompanhamento pela equipa há já alguns anos, algumas com intervenções de outros profissionais (CPCJ, hospital, escola), mantendo, no entanto, a situação de dependência das equipas, tal como um sentimento de desqualificação pessoal e social, de insatisfação e de frustração perante a vida.

Estas oito mulheres pertencem a um grupo constituído em fevereiro de 2016. Este grupo surgiu para dar resposta às necessidades reveladas pelas mulheres, durante atendimentos individuais: ter um espaço de conversa, partilha e interação, onde se sentissem verdadeiramente acolhidas e compreendidas. Após a proposta de formação do grupo, foram realizadas oito sessões grupais entre fevereiro e julho de 2016 (Ap. J). Neste grupo, as mulheres, que anteriormente não se conheciam,

desenvolveram identificações e o sentimento de compreensão que pretendiam, manifestando interesse, vontade e necessidade de agendar novas sessões e manter o grupo. Assim, fiz a proposta de coconstrução de um projeto de educação e intervenção social, o que foi prontamente aceite, emergindo desta forma as participantes do projeto “Seguir em frente, enfrentando os desafios da vida”.

As mulheres denominaram o grupo como “Mulheres Anónimas”, justificando o grupo como um espaço “só seu”, onde se sentiam acolhidas e compreendidas, sem que mais ninguém soubesse o que ali acontecia (o que diziam). Este é, assim, percebido como secreto, um espaço onde os segredos são guardados e só elas têm acesso. Por este motivo, preferiram manter o grupo fechado (Ap. G, Registo 7), isto é, manter as mesmas pessoas nos momentos de encontro e partilha e apoiando-se nas mesmas para a exploração e desenvolvimento de novas ações.

Apesar de as mulheres revelarem não se conhecer pessoalmente, até à constituição do grupo, residem na mesma freguesia. Esta é das mais urbanas do concelho, com acessos fáceis ao centro da cidade e distrito, durante o dia, através de transportes públicos. Dispõe de serviços essenciais, como escolas, centro de saúde, farmácias, bancos, polícia, comércio (padarias, mercearias e supermercados), fábricas, postos de abastecimento de combustíveis, associações locais, desportivas e recreativas, igrejas, entre outros.

A análise dos processos familiares das mulheres, as conversas intencionais com as mesmas e a observação participante permitiram a elaboração de uma caracterização individual de cada mulher do grupo e das suas famílias, a qual se inicia com a apresentação do genograma de cada uma, no Ap. K. Para tal, foi também fundamental o envolvimento da equipa, nomeadamente, das técnicas gestoras.

A partir do conhecimento individual de cada mulher, foi elaborada uma caracterização grupal (Ap. L). Como referido, o grupo é constituído por oito mulheres (D. Carmen, D. Celeste, D. Conceição, D. Fernanda, D. Isabel, D. Madalena, D. Mariana e D. Rosa), com idades compreendidas entre os 34 e os 59 anos. São elas que representam a sua família nos serviços sociais. Todas são titulares da prestação do RSI, com exceção da D. Madalena (o titular é o seu marido), mas é ela quem trata dos diversos assuntos, assumindo praticamente todas as responsabilidades.

No que concerne ao tipo de família, três são famílias nucleares com filhos (a D. Mariana com três filhos, a D. Isabel com dois filhos e a D. Fernanda com uma filha) e são nucleares sem filhos (D. Rosa e D. Madalena). Uma das famílias é monoparental (D. Conceição), uma isolada (D. Celeste) e uma alargada (D. Carmen). No que se refere ao número de elementos, verifica-se que varia entre um e cinco: três das famílias têm dois elementos (D. Conceição, D. Rosa e D. Madalena); duas têm cinco (D. Mariana e D. Carmen); e cada uma das restantes três famílias tem um, três e quatro elementos (D. Celeste, D. Fernanda e D. Isabel, respetivamente).

Relativamente aos filhos, a D. Mariana, a D. Isabel, a D. Conceição e a D. Fernanda têm menores no seu agregado familiar. A D. Rosa, a D. Madalena e a D. Celeste têm filhos maiores de idade que já se autonomizaram. A D. Carmen tem filhos maiores (de 21 e 23 anos), que continuam a viver consigo e na sua dependência. De referir que os menores frequentam equipamentos educativos adequados à idade: um em jardim-de-infância e os restantes em escolaridade obrigatória. Os filhos da D. Mariana e da D. Isabel que frequentam o 1º ciclo de escolaridade apresentam baixo rendimento escolar. Ambos encontram-se em acompanhamento psicológico individual, com a psicóloga da equipa de RSI que, com regularidade, articula com os pais e com a escola, desenvolvendo estratégias concertadas e integradas.

No que respeita ao nível de escolaridade destas mulheres, este varia entre o 4º e o 12º ano: a D. Madalena, a D. Celeste e a D. Conceição possuem o 4º ano; a D. Rosa o 6º ano; a D. Carmen, a D. Fernanda e a D. Isabel possuem o 9º ano; e a D. Mariana o 12º. De salientar que a D. Carmen e a D. Fernanda frequentaram formação profissional posterior, no sentido de elevar habilitações. Todas, mesmo as que apresentam baixo nível de escolaridade, declararam valorizar o ensino e incentivar os filhos para a escolarização, no sentido de procurem uma vida melhor (Ap. G, registo 2). Estas mulheres são mães presentes na escola e contactam com os professores, de modo a acompanhar e apoiar os seus filhos no percurso escolar. Embora a D. Conceição e a D. Fernanda tenham dificuldades em apoiar os filhos nos trabalhos de casa, procuram ajudá-los, garantindo que os mesmos sejam realizados.

Sete das oito mulheres encontram-se desempregadas, em situação de DLD de, pelo menos, sete anos. A única que exerce atividade profissional, D. Mariana, é em

regime de *part-time*, o que também considerava precário e insuficiente. Quando se explorou a situação de desemprego, as mulheres declararam que a ausência de emprego acarreta várias consequências pessoais, como o desleixo, a perda de rotinas, a dificuldade na gestão do tempo e o sentimento de inutilidade. Acrescentaram que conduz à insuficiência de rendimentos e, conseqüentemente, às dificuldades em assegurar as despesas e aceder a bens e serviços (Ap. G, registo 2), o que se vem a confirmar ao longo do acompanhamento da equipa. No entanto, o grupo apontava uma grande dificuldade na reintegração profissional (Ap. G, registo 2), por falta de expectativas positivas e por se sentirem inaptas perante as condições atuais do mercado de trabalho, pela idade, pela escolaridade, pela saúde e pela falta de recursos e qualificações (Ap. G, registo 6). Deste modo, manifestava desmotivação face à procura de emprego, não o fazendo de uma forma ativa.

Tendo todas as mulheres já estado integradas profissionalmente, apresentam boas recordações sobre o seu percurso profissional, maioritariamente relacionadas com a costura, já que seis delas (a D. Carmen, a D. Fernanda, a D. Madalena, a D. Rosa, a D. Conceição e a D. Celeste) tinham experiência nesta área. A D. Madalena, a D. Rosa, a D. Conceição e a D. Celeste trabalharam também em limpezas, sendo esta uma área também já desenvolvida pela D. Isabel, que trabalhou ainda como copeira e repositora. A D. Carmen já trabalhou na área metalúrgica e como auxiliar de serviços gerais em lar. A D. Conceição trabalhou também como empregada de balcão. A D. Mariana diferenciava-se por ter experiência como operadora de caixa em hipermercado, feirante e empregada de mesa e balcão. Estando a costura em maioria, o grupo referiu que efetivamente, no passado, muitas mulheres saíam da escola cedo e integravam fábricas de confeções, onde iam aprendendo. Lembraram com saudade esse período, partilhando conhecimentos como fazer arranjos, pequenas alterações, cortar, coser e fazer remates. Como trabalhavam em linhas de montagem, sabem fazer diferentes tarefas, mas não uma peça do início ao fim (Ap. G, registo 2).

No que se refere às habitações onde residem, seis delas e as suas famílias vivem com boas (D. Isabel, D. Madalena e D. Fernanda, sendo esta última em habitação social) ou com razoáveis (D. Conceição, D. Rosa e a D. Carmen) condições de

habitabilidade. No entanto, a D. Celeste aguarda atribuição de habitação social por más condições da casa onde vivia e por não dispor de recursos económicos para aceder ao mercado de arrendamento privado. No caso da D. Mariana, assiste-se a uma sobrelotação, pois a família é de cinco elementos (casal e três filhos) e a casa apenas dispõe de um quarto, não conferindo conforto nem privacidade; contudo, sendo uma habitação própria, a família não ponderava a mudança.

Importa ainda mencionar que a D. Carmen, a D. Fernanda, a D. Madalena, a D. Rosa e a D. Conceição apresentam problemas de saúde, como diabetes, hipertensão, visão, consequências ligeiras de acidentes vasculares cerebrais, úlceras, depressão e síndrome vertiginoso, mantendo acompanhamento médico regular.

A D. Fernanda, a D. Conceição, a D. Celeste e a D. Isabel revelaram ter sido vítimas de violência doméstica no passado. A D. Mariana, a D. Madalena e a D. Fernanda mencionaram que as suas relações conjugais eram um pouco conflituosas, no sentido em que existiam algumas discussões e discordâncias. Garantiram não existir qualquer tipo de violência doméstica, fazendo uso do provérbio “Onde não há pão, todos ralham e ninguém tem razão” (Ap. G, registo 3).

Refletindo em conjunto acerca dos aspetos positivos e potencialidades, as mulheres identificaram em cada uma delas a solidariedade, a partilha e a entreatajuda. Expuseram também capacidade de dar mais valor a pequenas coisas e de saber lidar com as adversidades, sendo resilientes. Revelaram que a situação em que vivem permite uma maior aprendizagem, nomeadamente para contornar e superar as dificuldades que vão surgindo. Assim, consideraram ter uma maior capacidade de improvisar, “desenrasque”, e adaptação a diferentes situações, perante as quais têm que ser práticas para as resolver (Ap. G, registos 2 e 5). Exemplificaram, por exemplo, com o sentido de humor que tentam manter, a capacidade imaginativa e estratégia para a confeção de refeições quando têm muito poucos alimentos e a capacidade de partilhar o pouco que têm com a família ou vizinhos (Ap. G, registo 5). Estas mulheres normalmente apresentam-se aos outros com um sorriso, afirmando que “Por mais no fundo que eu esteja, tento sempre parecer bem” (Ap. G, registo 5). Todas as mulheres apresentam alguma retaguarda familiar, nomeadamente de pais, irmãos e filhos, valorizando o apoio e preocupação dos mais próximos (Ap. G, registo 5).

No entanto, na sua vida e no seu discurso corrente, estas mulheres não identificavam estas potencialidades e, quando o faziam, tinham dificuldades em utilizá-las, valorizá-las ou partilhá-las, por se sobreporem os problemas e aspetos negativos. Com efeito, como consequência dos múltiplos e persistentes desafios com que se deparam, as mulheres declaravam não conseguir ultrapassar a situação de vulnerabilidade, mantendo-se dependentes de prestações e serviços. Assim, manifestavam perder, progressivamente, a capacidade de olhar para a vida positivamente e de perspetivar o futuro com expectativas positivas (Ap. G, registo 6). Nesta medida, declararam prevalecer a baixa autoestima, a desvalorização pessoal, o desânimo e a desmotivação, tal como o sentimento de vazio e inutilidade (Ap. G, registos 3 e 6). Afirmavam que o facto de se sentirem incapazes e “mais em baixo” trazia implicações na forma como lidam com os problemas: “Aí é que está! Não conseguimos lidar e o barco afunda cada vez mais” (D. Rosa); “Faltando as forças e a vontade, vai se deixando levar... até afundar” (D. Celeste); “No fundo, tudo é negro, até nós” (D. Conceição) (Ap. G, registo 6). Pontuavam, ainda, o facto de ficarem em falta os cuidados de imagem pessoal (por insuficiência de rendimentos ou por falta de vontade), a compra de roupa ou calçado necessários e a possibilidade de passear. Deste modo, relataram viver o presente, revelando centrar a preocupação e atenção sobretudo nos filhos (mesmo aquelas cujos filhos já são adultos), ansiando que tenham a possibilidade de uma vida melhor (Ap. G, registos 2 e 3).

Quanto àquilo que lhes é mais difícil de lidar, as mulheres relataram que é, sem dúvida, não poder dar aos filhos o que gostariam de dar, o que eles necessitam ou o pedem. Pontuaram também o facto de, por insuficiência de rendimentos, terem necessidade de pedir ajuda monetária a filhos mais velhos, já autonomizados, para conseguir fazer face às suas despesas e subsistência. Revelaram ainda ser difícil lidar com a dependência de uma prestação social e de serviços, que lhes permite apenas garantir o básico para a sobrevivência. Acrescentaram como negativo a exposição das suas vidas e ter que lidar com o estigma associado a quem recebe o RSI, evocando sentirem-se mal, incomodadas e revoltadas com os preconceitos existentes (Ap. G, registo 2). Todavia, pela continuidade na situação de vulnerabilidade, estas mulheres manifestavam alguma resignação e uma certa acomodação, dando forma a alguns

dos estereótipos que referiam existir (profecia autorealizada), conforme também é apontado na literatura (Capucha, 2005).

No que concerne às suas rotinas e quotidianos, as mulheres passavam a maior parte do tempo em casa, ocupando-o com as tarefas domésticas e a ver televisão. No caso da D. Madalena, da D. Rosa, e da D. Fernanda, estas também se ocupavam em casa a ouvir música e as duas últimas também a fazer passatempos (palavras cruzadas, *sudoku*). As que têm filhos a viver consigo, asseguravam cuidados aos mesmos. Por norma, as mulheres saíam de casa para resolver alguma situação ou para ir às mercearias. Convíviam apenas com quem vivem ou com os vizinhos próximos. Ocasionalmente, a D. Conceição ia a um baile com o namorado e a D. Rosa ia a aulas de zumba. Verificava-se, assim, um isolamento e fechamento no espaço doméstico e familiar, que se traduzia num enfraquecimento da vida social, o que era reconhecido pelas mulheres do grupo, que afirmavam não encontrarem motivos para sair ou não terem outras pessoas para conviver (Ap. G, registos 4 e 6).

Relativamente aos interesses destas mulheres, destacava-se a vontade de viajar de avião, aprender a utilizar o computador, partilhar receitas culinárias, costurar, bem como aumentar os cuidados pessoais e saber mais sobre tudo o que envolvesse a educação dos filhos (Ap. G, registo 2). Contudo, verificava-se que a desvalorização e a desmotivação as inibia de procurar satisfazer alguns dos seus interesses.

Quanto a perspectivas de mudança e necessidades, estas mulheres afirmaram como importante a continuidade do grupo, para momentos de interação, partilha e crescimento pessoal. Estes encontros no grupo surgiam nos seus discursos como contributos para o (re)conhecimento de cada uma, abrindo espaço para a exploração e desenvolvimento de novas oportunidades, e possibilitando a concretização de interesses e necessidades. Considerando que “Juntas vamos conseguir” (D. Mariana), estas mulheres referiam-se à necessidade de voltar a acreditar em si próprias, ser mais confiantes e valorizar-se, conviver, criar verdadeiras amizades no grupo e a partir dele, tal como desenvolver expectativas mais positivas. Apontaram ainda como importante cuidar da sua imagem pessoal e desenvolver conhecimentos e competências que facilitassem a procura de emprego, promovendo uma maior motivação para a mesma (Ap. G, registos 4 e 7). Assim, poderiam estar mais

preparadas para enfrentar os problemas e criar novos laços e contactos sociais, aprendendo a lidar e a contrariar o estigma que lhes é associado. Apesar de relatarem as discordâncias conjugais e a baixa escolaridade, as mulheres não elencaram necessidades nem perspectivas de mudança a estes níveis.

É ainda importante ressaltar uma outra informação, que se refere ao técnico gestor do processo familiar destas mulheres e ao tempo em que se encontram em acompanhamento por esta equipa de RSI. A maioria das mulheres e suas famílias são acompanhadas pela Educadora Social, sendo que apenas a D. Rosa é acompanhada pela Psicóloga, enquanto a D. Madalena e a D. Isabel são acompanhadas por mim. O histórico de acompanhamento, assim como a evolução de cada uma destas famílias ao longo do acompanhamento encontram-se sintetizados nas respetivas caracterizações individuais (Ap. K). O período de acompanhamento varia entre os três e os 11 anos, sendo que a família da D. Celeste é aquela acompanhada há menos tempo e a da D. Carmen há mais. Face à complexidade dos problemas e das situações familiares, as mudanças e os resultados são demorados, o que implica a existência de intervenções também mais demoradas, em função das especificidades dos problemas e das características das famílias (Sousa, 2005). Efetivamente, na prática profissional com estas mulheres e suas famílias, vão sendo alcançados alguns resultados ao nível das competências pessoais e sociais, das sociabilidades e das relações, no entanto a dependência económica não permite que as famílias deixem de receber o RSI.

1.3. AVALIAÇÃO DO CONTEXTO

A avaliação de contexto foi realizada pelo grupo “Mulheres Anónimas”, especificamente nos encontros grupais com a minha presença, sendo o conhecimento construído também partilhado e discutido em equipa, através de conversas intencionais, promovendo um maior envolvimento da mesma. Nas sessões grupais, começou-se pela identificação e reflexão acerca de vários problemas

identificados numa realidade complexa de oito mulheres que vivenciam múltiplos desafios (Ap. M). Considerando a necessidade de definir áreas de intervenção, tornou-se necessária a devolução destes problemas ao grupo (Ap. G, registo 6), de modo a estabelecer prioridades, compreendendo os problemas, através dos seus indicadores, das suas causas e das suas necessidades, o que pode ser consultado de forma sintetizada no Ap. N.

A baixa autoestima foi um dos problemas priorizados pelo grupo, considerando que se afigurava como um fator de desvalorização de si próprio e das suas vidas, limitando a sua ação, no que respeita à capacidade de enfrentar as adversidades da vida e criar expectativas positivas. Na reflexão acerca deste problema (Ap. G, registo 6), as mulheres que constituíam o grupo apresentaram discursos como: “A baixa autoestima bloqueia-me.” (D. Madalena); “Perde-se até a vontade de tudo. É um desleixo total.” (D. Fernanda); “Antes ainda cuidava de mim, saía sempre jeitosa de casa. Agora, nem isso... Também nem é preciso” (D. Rosa); “De caminho já nem os filhos precisam de mim. Sirvo para quê?” (D. Carmen); “Por estas coisas, às vezes nem dá vontade para nada. Andamos aqui aos trambolhões na vida” (D. Celeste); “Habitamo-nos a pensar negativo, que até se torna difícil ver o que temos de positivo e como ainda podemos melhorar. Parece tudo negro” (D. Mariana). Na discussão, a D. Isabel concordou que a insegurança a limita. A D. Conceição concordou e acrescentou um maior desleixo consigo próprio, associado também ao facto de a sua rotina diária se desenvolver apenas no espaço doméstico.

Efetivamente, as mulheres que constituíam o grupo revelaram que para isto contribuía as constantes dificuldades e adversidades que vivenciavam, tal como os insucessos e fracassos com que se deparavam nas suas vidas (desemprego, insuficiência de rendimentos, perda de relações sociais, relações instáveis, problemas de saúde, perda de familiares, entre outros). Enquanto tiveram e/ou têm filhos pequenos, afirmavam ser mais fácil encontrar uma maior motivação para enfrentar a vida, no entanto sentiam que esta tende a desvanecer, dando lugar ao sentimento de desvalorização, vazio e inutilidade, bem como à diminuição do sentimento de autoeficácia. Assim, consideraram ainda um certo desleixo consigo próprias, a desvalorização das suas capacidades e o menor investimento em si (Ap. G, registo 6).

Com efeito, se a autoestima se alimenta de sucessos e êxitos, a ausência destes tem como consequência a vivência de sentimentos negativos, a crítica consigo própria, uma imagem negativa e distorcida de si e uma desqualificação do valor próprio (Duclos, 2006; Quiles & Espada, 2007; Paugam, 2003), tendo dificuldade em valorizar as suas qualidades e sentindo-se “(...) inferior, incapaz e ridícula ou risível.” (Duclos, 2006, p. 11).

Por conseguinte, as mulheres revelaram necessidade de se sentirem verdadeiramente compreendidas, num espaço de partilha e interação. Reconheceram como necessário desenvolver o autoconhecimento, no sentido de reconhecer e reforçar as suas competências e potencialidades. Acreditar no seu valor e na sua utilidade e desenvolver expectativas mais positivas foram necessidades também identificadas nos discursos do grupo como importantes para aumentar o sentimento de (auto)confiança e segurança. Paralelamente, o grupo identificou a necessidade de cuidar da sua imagem pessoal como forma de se sentir melhor consigo próprio (Ap. G, registo 7).

Outro problema priorizado foi o isolamento social. As mulheres reconheceram a existência de um fechamento sobre o espaço doméstico e a sua rede familiar (Ap. G, registos 4 e 6), expondo que normalmente partes do dia eram passadas “(...) sentada no meu sofá, sem vontade de sair” (D. Conceição) e que passavam “a viver só para as coisas de casa e habituamo-nos a isso” (D. Conceição). Assumiram que a sua vida acontecia “dentro das quatro paredes com os de casa” (D. Fernanda), até porque sentiam que não podiam falar com qualquer pessoa, pois “Há pessoas que não entendem e julgam” (D. Mariana). Acrescentaram que, na sua situação, desempregadas e dependentes de uma prestação social, “os amigos também se vão perdendo” (D. Carmen). Não tendo ocupações ou motivações para sair, referiram “Também vamos fazer o quê ou vamos para onde? Mais vale estar em casa” (D. Celeste). Nas palavras da D. Madalena, “Se eu saísse mais de casa e convivesse, se calhar eu e o meu marido nem nos pegávamos tanto porque estávamos menos tempo juntos”. É de realçar que na literatura o isolamento está também relacionado com as tensões familiares, aumentando-as (Clavel, 2004).

Na base deste problema, o grupo considerou estar a perda de rotinas e hábitos, assim como a perda de relações sociais, também associadas à situação de DLD. A acomodação e a desmotivação contribuíam igualmente para este isolamento, a par da vergonha de assumir a sua situação e lidar com possíveis críticas que pudessem ser apontadas (Ap. G, registo 6). Em consequência, pelos discursos do grupo, assistia-se ao fechamento no seio familiar e à diminuição da participação na vida social, tal como referem Paugam (2003) e Clavel (2004).

O grupo referia assim sentir necessidade de ocupar parte do seu tempo, nomeadamente com atividades de interesse e momentos de diversão e lazer, acrescentando a relevância da existência de espaços de convívio e interação. Estes tornar-se-iam fundamentais para o desenvolvimento de novos laços e redes de suporte afetivo (Ap. G, registos 7 e 8). Estas necessidades ganham sentido quando se pensa que as pessoas desempregadas veem diminuídas as suas interações e contactos sociais, bem como as suas possibilidades de partilhar conhecimentos e de comunicar (Ribeiro & Coimbra, 2004), verificando-se o enfraquecimento da vida social (Paugam, 2003). Além disto, as mulheres consideraram importante saber lidar com possíveis conflitos e com os estereótipos e preconceitos existentes, para que a convivência com as pessoas se tornasse mais fácil (Ap. G, registos 7 e 8).

O desajuste entre as características pessoais e formativas das mulheres e as exigências e evoluções do mercado de trabalho foi o terceiro e último problema priorizado. O grupo começou por enunciar o desemprego como o problema, declarando que “é o que causa tudo o resto. É o principal problema.” (D. Conceição) e que “O que tenho de pior na vida é estar desempregada.” (D. Celeste). Contudo, a exploração deste problema permitiu perceber que o grupo sentia como escassa a possibilidade de reintegração profissional, precisamente pela existência deste desajuste, que se assumia então como o problema. Assim, as mulheres referiram que “Agora é tudo chique, tudo se faz com máquinas” (D. Celeste), sendo que não sabiam “mexer em nada disso, nem ligar um computador sequer” (D. Rosa). Acrescentaram que “As empresas só querem pessoas novas, até aos 30, com estudos e de preferência sem filhos” (D. Conceição) e que pensavam ser “novas para reforma e velhas para trabalhar” (D. Carmen). Completaram que “O centro de emprego

também nunca tem nada” (D. Fernanda) para lhes oferecer, considerando até que “não sei procurar trabalho, que devo aprender outras formas” (D. Isabel). Nesta reflexão, a D. Madalena referiu também que sentia que não eram valorizados os conhecimentos de quem já é mais velho e tem experiência de vida (Ap. G, registo 6).

Com efeito, a idade, a baixa escolaridade, a insuficiência de formação e qualificações, a par dos escassos recursos das mulheres, constituem-se como entraves na reintegração profissional, considerando as exigências e evoluções no mercado de trabalho, caracterizado cada vez mais pela modernização, informatização e mecanização. Neste sentido, perante a conjuntura atual, estas mulheres revelaram sentir-se inadaptadas, referindo ainda um *deficit* de competências de literacia para a procura de emprego. Por sua vez, este sentimento de desqualificação do seu valor profissional e competências acarreta a desmotivação e ausência de motivação para o processo de procura de emprego, conforme também é apontado na literatura (Capucha, 2005; Ramos, 2003).

Consequentemente, as mulheres que constituem o grupo indicaram várias necessidades. No sentido de estarem mais preparadas para enfrentar este problema e se sentirem mais valorizadas, reconheceram como necessário acompanhar de alguma forma esta evolução, adquirindo competências de literacia informática e desenvolvendo competências e estratégias que lhes permitessem favorecer ou melhorar a procura de trabalho, com um maior compromisso, responsabilização e motivação para a mesma (Ap. G, registo 7). Trata-se, portanto, de desenvolver recursos pessoais e interpessoais para uma maior capacidade de iniciativa e adaptação. Todavia, torna-se importante refletir que, apesar de as mulheres sentirem a necessidade de adquirir novos recursos e instrumentos para enfrentar o problema do desemprego, este não depende unicamente destas nem do seu interesse, nem pode ser encarado como possível de resolução pessoal, no sentido em que deriva também de causas mais macrossistémicas.

Tendo em conta os problemas e as necessidades apresentados, para o desenho e desenvolvimento do projeto, torna-se importante considerar os recursos e

potencialidades que podem ser utilizados, assim como os constrangimentos existentes.

Como recursos humanos, identifica-se a equipa de RSI e as famílias beneficiárias da prestação do RSI, nomeadamente o grupo de mulheres. É de destacar também a rentabilização de recursos e serviços da comunidade, especificamente através de um trabalho em rede com a equipa do Programa Escolhas com intervenção na mesma freguesia. Quanto aos recursos físicos e materiais, destaca-se o espaço físico da instituição de equipa de RSI e o do Programa Escolhas, os quais facilitam o acesso a todo o espaço e material necessário ao desenvolvimento do projeto.

Relativamente às potencialidades, destacam-se as competências e capacidades do grupo, tal como os interesses e gostos revelados pelo mesmo. É também de considerar a consciência que o grupo de mulheres tem acerca dos seus problemas, a retaguarda familiar que de uma forma geral todas apresentam, bem como a solidariedade e interajuda que se verifica no grupo. Ainda relativamente a estas mulheres, outras potencialidades a reforçar são os seus recursos internos como as estratégias de *coping* que apresentam, a sua capacidade crítica e sentido de humor, tal como o facto de serem práticas na resolução de situações quotidianas (Ap. G, registo 5). Paralelamente, devem ser elencados como potencialidades, a recetividade e o envolvimento do grupo e da equipa. No que diz respeito a este último, é de ressaltar a disponibilidade de toda a equipa para o desenvolvimento deste projeto, aceitando uma reorganização e ajustamento do trabalho, no sentido de manter o normal funcionamento do serviço e concretização das metas exigidas.

No que respeita aos constrangimentos, refere-se o facto de a maioria das mulheres que constituem o grupo apresentarem expectativas negativas quanto ao futuro, com dificuldade em definir objetivos. Outro constrangimento associa-se às exigências burocráticas colocadas à equipa, considerando que obrigam a despendir de muito tempo para o seu cumprimento, podendo limitar a disponibilidade para o desenvolvimento projeto nos períodos de preferência do grupo para as sessões de encontro (horário de trabalho da equipa).

2. DESENHO DO PROJETO

Após a análise e a avaliação de contexto, está construída a base para a definição de metas e objetivos, chegando o momento do desenho e planificação do projeto, definido em conjunto com todos os atores sociais envolvidos. Neste capítulo, apresenta-se a finalidade, os objetivos, as estratégias de intervenção e o plano das ações. Inclui-se também a avaliação de entrada e as categorias de avaliação, que permitirão realizar a avaliação do projeto.

2.1. FINALIDADE, OBJETIVOS, ESTRATÉGIAS E AÇÕES

A finalidade de um projeto refere-se à sua motivação básica, associada a uma utopia, não deixando por isso de ser coerente com a realidade, considerando os problemas e necessidades identificados, tal como os recursos, potencialidades e constrangimentos (Serrano, 2008; Stufflebeam & Skinfeld, 1995). Orientando as ações, a finalidade unifica-as, conferindo-lhes uma intencionalidade comum (Cembranos et al., 2001). Nestes termos, a finalidade deste projeto é *contrariar o processo de desqualificação pessoal e social de um grupo de mulheres beneficiárias da prestação do RSI, através de uma intervenção psicossocial em grupo.*

Com efeito, os problemas priorizados pelas mulheres estão relacionados, contribuindo para a vivência de um processo de desqualificação pessoal e social, o qual é premente contrariar. Neste âmbito, considera-se que o reforço das potencialidades e dos recursos mencionados, nomeadamente através da valorização das competências e interesses do grupo e da rentabilização de recursos, pode ser também um aliado na promoção de novas competências, permitindo também que as mulheres se sintam mais capazes. Consequentemente, o projeto visará a promoção da autoestima, da autoconfiança e da valorização pessoal, contribuindo para a

criação de novos laços, para o desenvolvimento da capacidade de iniciativa e para a mudança. Defende-se, aqui, a intervenção centrada nas competências das pessoas, aceitando que as próprias são as mais habilitadas a identificar as suas necessidades e a atualizar os seus recursos, no sentido do seu desenvolvimento e partilha de saberes com a comunidade (Sousa, 2005). Efetivamente, “(...) tornar o cidadão capaz de desenvolver as suas próprias soluções, aumenta o sentimento de confiança e competência.” (Sousa, 2005, p. 103). Nesta perspetiva, e admitindo o potencial da intervenção psicossocial em grupo, torna-se possível caminhar no sentido de contrair o processo de desqualificação pessoal e social do grupo.

Considerando a finalidade, foram definidos os seguintes objetivos gerais (OG) e específicos (OE) deste projeto (Ap. O):

OG1: Desenvolver a autoestima das mulheres.

OE1.1: Participar nos momentos de discussão e de partilha em grupo.

OE1.2: Identificar e reconhecer aspetos positivos de si e das outras.

OE1.3: Cuidar da sua imagem pessoal.

OE1.4: Sentirem-se mais valorizadas, seguras e confiantes.

OG2: Ampliar a rede de relações.

OE2.1: Contrariar a tendência para o isolamento ou fechamento no seio familiar.

OE2.2: Fortalecer os laços existentes no grupo.

OE2.3: Consolidar redes/laços de suporte.

OE2.4: Partilhar conhecimentos e competências com a comunidade local.

OG3: Potenciar competências e interesses pessoais para o desenvolvimento do conhecimento.

OE3.1: Adquirir competências básicas de informática.

OE3.2: Conhecer e aprender novas estratégias de procura de emprego.

OE3.3: Utilizar os seus interesses como forma de ocupação e valorização pessoal.

OE3.4: Planear e organizar atividades.

Para a prossecução dos objetivos foram pensadas diversas estratégias: a rentabilização de recursos da comunidade, o desenvolvimento de atividades de interesse e momentos de diversão, os encontros grupais, os exercícios de dinâmicas de grupo, os *role playing*, os momentos de partilha, debate e reflexão, os *brainstorming*, as conversas intencionais, o *workshop* e as ações de formação. É de referir que a necessidade de recorrer a outras estratégias pode surgir ao longo do desenvolvimento do projeto, suportado por uma intervenção psicossocial em grupo, assente numa relação de proximidade, confiança e ajuda.

Relativamente às ações a desenvolver, a sua planificação resulta da participação e discussão do grupo e da equipa. Como tal, em sessões grupais, procurou-se perceber de que forma as mulheres consideram que as suas necessidades poderiam ser satisfeitas e o que gostariam de fazer para tal. Assim, as ações espelham os interesses e gostos do grupo, utilizados como recurso para a sua valorização e capacitação. Estas ações foram também refletidas com a equipa, em conversas intencionais, promovendo a reflexão sobre os problemas e as práticas comuns.

O projeto é constituído por duas ações (Ap. P), estando ambas interligadas e centradas no grupo de mulheres, com vista à superação das necessidades apresentadas, através de uma intervenção psicossocial em grupo. A Ação 1 foi denominada pelo grupo como “O cantinho das Anónimas” e visa responder ao OG1 e ao OG2 e seus respetivos OE. A Ação 2 foi designada pelo grupo como “As Anónimas em ação” e com esta propõe-se responder ao objetivo geral OG3, contribuindo também para os OG1 e OG2, e respetivos OE.

Ambas as ações têm potencial para desenvolver a autoestima das mulheres e ampliar as relações existentes, contrariando o isolamento social. Os objetivos a que visam responder permitem a aquisição de novos recursos e instrumentos que tornam mais fácil enfrentar o desajuste entre as características do grupo e as do mercado de trabalho e atenuar as consequências/efeitos negativos do DLD, contrariando o processo da profecia autocumprida da desqualificação pessoal e social.

No que se refere à sua calendarização (Ap. Q), o desenvolvimento do projeto foi previsto para os meses de março (final do mês) a julho de 2017, previsivelmente à

terça e à quinta-feira, e excepcionalmente à quarta, no período da tarde, considerando a preferência do grupo e a disponibilidade das profissionais.

2.2. AVALIAÇÃO DE ENTRADA E CATEGORIAS DE AVALIAÇÃO

Na avaliação de entrada, torna-se importante refletir se o desenho do projeto se encontra ajustado à realidade, tendo em conta problemas, necessidades, recursos, potencialidades e constrangimentos identificados (Cembranos et al., 2001; Stufflebeam & Shinkfield, 1995).

Pensando nos recursos disponíveis, estes conferem exequibilidade ao projeto, no sentido em que há uma equipa de profissionais disponíveis e um grupo de mulheres já envolvido ativamente. A confirmação de trabalho em rede com a equipa do Programa Escolhas é um recurso que também garantiu viabilidade, estando confirmada a existência, por exemplo, de um espaço para ações de culinária e outro para ações de informática. A rentabilização de recursos da comunidade e o trabalho em rede assumem-se, assim, como elementos positivos para o desenvolvimento do projeto. A sua sustentabilidade e possibilidade de continuidade alicerçam-se também nestes recursos, que dão espaço para que os problemas que agora não foram priorizados possam ainda ser refletidos e impulsionem novas ações.

No que se refere aos constrangimentos atrás referenciados, estes poderão ser resolvidos pela ativação das potencialidades existentes. Efetivamente, o facto de a equipa se encontrar disponível para se envolver e garantir retaguarda para o desenvolvimento do projeto permitirá, em conjunto, superar a dificuldade de cumprir as exigências burocráticas. Da mesma forma, estando o grupo motivado em participar no projeto e sendo mobilizados os seus recursos internos, interesses e competências, poderá desenvolver a capacidade de criar expectativas mais positivas, envolvendo-se na definição de novos objetivos de vida. Ainda no que diz respeito aos constrangimentos, torna-se importante ponderar que, ao longo do desenvolvimento do projeto, poderão ser encontrados obstáculos não previstos nesta fase. Neste

sentido, é fundamental que se fomente a reflexão sobre os mesmos, promovendo ajustamentos, de modo a que possam ser desenvolvidas estratégias para os ultrapassar, não permitindo que se tornem agentes bloqueadores da ação. É também nesta medida que se pode reforçar que o desenho do projeto deve ser flexível, sofrendo as alterações necessárias, ao longo do seu desenvolvimento.

Relativamente às estratégias selecionadas, estas revelam-se essenciais na aproximação e verdadeiro conhecimento da realidade, permitindo a existência de uma relação mais próxima e de confiança com o grupo e, em espaço próprio, favorecem as relações existentes entre as mulheres e reforçam a coesão do próprio grupo. Estratégias ativas e dinâmicas têm potencial para incitar uma maior motivação pela participação e envolvimento nas ações, despertando um sentimento de bem-estar e requalificação da imagem de si próprias e da que transmitem aos outros, possibilitando a alteração das representações sociais.

Por conseguinte, no sentido de concretizar os objetivos definidos, por via das estratégias selecionadas, a Ação 1 procura responder às necessidades de proporcionar nestas mulheres o seu autoconhecimento e um maior sentimento de segurança, confiança e valorização pessoal, tal como a criação de expectativas mais positivas. A partir desta ação é também possível a consolidação de laços de suporte afetivo, mantendo a existência de um espaço de partilha, convívio e interação, onde se sentem verdadeiramente compreendidas. Paralelamente, esta ação poderá incentivar os cuidados de imagem pessoal. Por sua vez, a Ação 2 pretende potenciar as competências, interesses e potencialidades das mulheres que constituem o grupo, contribuir para que adquiriram novos conhecimentos, bem como reforçar recursos pessoais e interpessoais, no sentido da sua valorização e da estimulação da capacidade de iniciativa e adaptação. Procura, deste modo, responder à necessidade de as mulheres se sentirem mais úteis e pessoalmente realizadas e valorizadas, proporcionando também a ocupação de tempos livres com atividade do seu interesse. Paralelamente, esta ação permitirá desenvolver expectativas mais positivas e um maior compromisso e responsabilização, num trabalho desenvolvido em grupo, que fortalece os laços existentes. O envolvimento e a participação do grupo na organização e planificação das ações revelam-se fundamentais no sentido da sua

adequação. Ambas as ações visam responder aos diferentes objetivos, equacionando-se como coerentes com a metodologia do projeto. Respeitando o ritmo do grupo e promovendo o seu empoderamento, ambas as ações procuram estimular e desenvolver um conjunto de conhecimentos, como saber ler e escrever corretamente ou utilizar um computador, bem como aptidões pessoais como a capacidade de organização, cooperação e de trabalho em equipa, a capacidade para comunicar, autonomia, motivação e iniciativa.

Neste sentido, a concretização dos OE permite responder aos OG e às necessidades identificadas, no sentido de contrariar as causas dos problemas. Torna-se, assim, viável atuar nos problemas priorizados, pelo desenvolvimento da autoestima das mulheres, pela ampliação de relações que contrariem o isolamento social, assim como pelo desenvolvimento de recursos e competências que permitam que estas mulheres se sintam e estejam mais preparadas para enfrentar a procura de emprego perante as características atuais do mercado de trabalho. Nesta medida, no âmbito de uma intervenção psicossocial em grupo, que pode constituir-se como um grupo de autoajuda (Lieberman, 1998), é possível caminhar no sentido da finalidade, procurando contrariar o processo de desqualificação pessoal e social que estas mulheres vivenciam.

No que concerne à avaliação do projeto, esta será realizada recorrendo a discussões em grupo, conversas intencionais e observação participante, com o grupo de mulheres e com a equipa de RSI. Far-se-á uma análise de conteúdo dos discursos produzidos e das práticas, a partir da definição de categorias e subcategorias de análise, que foram identificadas em função dos objetivos e das necessidades inicialmente elencadas. Assim, serão analisados os discursos e as práticas nas seguintes categorias: “Autoestima das mulheres”, “Rede de relações das mulheres”, “Competências e interesses das mulheres” e “Práticas profissionais”. Estas e as respetivas subcategorias podem ser consultadas no Ap. R.

3. DESENVOLVIMENTO DO PROJETO E AVALIAÇÃO DO PROCESSO

Neste capítulo apresenta-se o desenvolvimento de cada ação, descrevendo e interpretando os acontecimentos e avaliando as práticas e seus reflexos, sendo possível perceber se o projeto se desenvolveu conforme o planeado. Em conformidade com a metodologia do projeto foram privilegiadas as vozes e os saberes das pessoas, respeitando os seus ritmos e opções.

Como já descrito, começaram por ser realizados vários encontros em grupo com vista à partilha, ao debate e à reflexão (novembro de 2016 a março de 2017). Após o planeamento de alguns encontros (Ap. S e T), não sendo este estanque, as ações 1 e 2 foram desenvolvidas entre março a julho de 2017, com regularidade semanal: uma ou duas vezes por semana, em encontros grupais. Paralelamente, com as mulheres decorreram atendimentos no serviço com a respetiva técnica gestora do processo do RSI, visitas domiciliárias e articulação com outros serviços, quando necessário.

3.1. AÇÃO 1: “O CANTINHO DAS ANÓNIMAS”

A Ação 1 foi denominada “O cantinho das Anónimas”, em sessão grupal, pelo facto de o grupo sentir que aquele espaço se tratava de um “cantinho” só dele (Ap. U, registo 4). Nos encontros grupais iniciais, as mulheres concluíram que seria importante a valorização de qualidades e capacidades, assim como refletir acerca da influência do que os outros pensam delas sobre o que cada uma pensa de si. Esta última consideração surgiu pelo facto de relatarem críticas e estereótipos que sentem que existem em relação às pessoas que recebem o RSI e que contribuem para a sua desvalorização pessoal (Ap. G, registos 7 e 8). Existindo na equipa uma psicóloga, que já se tinha disponibilizado para participar em sessões com o grupo, fiz

essa proposta às mulheres, que consideraram uma mais-valia, pelo que esta profissional esteve presente nas quatro primeiras sessões que constituem a Ação 1.

Pode considerar-se que os encontros grupais que surgiram integrados na Ação 1 são próximos dos grupos de encontro de Rogers (1970), já que, neste grupo de mulheres, “num clima de liberdade de expressão, cada participante é encorajado a deixar cair as suas defesas e fachadas e relacionar-se mais aberta e directamente com os outros”, numa experiência de “encontro básico” (Rogers, 1970, p. 7), em que o grupo permite o desenvolvimento pessoal, contrariar o isolamento e favorecer um sentimento de pertença.

Tendo em conta os interesses e necessidades revelados pelas mulheres, conjuntamente com o parecer da psicóloga, foram planeadas as primeiras sessões (Ap. S). É de referir que, apesar de previamente planeadas, estas sessões iniciaram sempre com o que era trazido pelas mulheres e foram reestruturadas de acordo com o que surgia no momento, visando responder aos OG e OE. Estas sessões decorreram nas instalações da equipa de RSI, às quintas-feiras à tarde. Quando alguma das participantes não podia estar presente, avisando no próprio dia, procurou-se fazer um ponto de situação na sessão seguinte, sintetizando em grupo o que aconteceu.

A primeira sessão decorreu no dia 30/03/2017, estando presentes sete das oito mulheres, uma vez que a D. Mariana foi chamada para fazer uma substituição no seu local de trabalho. Nesta sessão, procurou-se desenvolver o auto e heteroconhecimento, identificar e reforçar qualidades do próprio e dos outros, assim como promover a autorreflexão e estimular a identificação grupal.

Foi proposto a cada uma das mulheres que trouxesse para a sessão um objeto com o qual se identificassem e que lhes fosse possível caracterizar-se através do mesmo. Tendo respondido ao pedido, esta sessão iniciou-se muito facilmente pelo facto de todas terem trazido os objetos e terem começado a falar sobre os mesmos (Ap. U, registo 1): fotografia de família (D. Carmen e D. Rosa), relógio antigo (D. Madalena), elástico do cabelo (D. Celeste), fotografia dos filhos (D. Isabel), CD de música (D. Fernanda), *kit* de costura (D. Conceição). Esta atividade permitiu que todas falassem sobre si, sendo que as restantes comentavam e questionavam, gerando a (auto)reflexão, um maior conhecimento de si próprio e dos outros, tal

como identificações e reconhecimentos (Ap. U, registo 1). De seguida, tendo em conta o conhecimento que tinham umas das outras, realizou-se outro exercício de dinâmica de grupo: a construção de uma flor em papel, em que nas pétalas escreviam características positivas (Ap. U, registo 1).

No primeiro exercício, as mulheres relataram as suas características essencialmente no passado, como recordações positivas de uma fase passada em que se sentiam bem com a vida e consigo próprias. Esta reflexão associa-se ao facto de, no segundo exercício, apresentarem maior dificuldade em identificar as suas próprias qualidades do que atribuir às outras. Sentindo-se mais desmotivadas e desvalorizadas, sentiram maior dificuldade em perceber o que têm de positivo, o que sempre tiveram e o que desenvolveram ao longo da vida. Por relação às outras, conseguiram identificar o que, por vezes, se aplica a si também, como ser corajosa e lutadora na vida, resistindo às adversidades, mantendo os seus valores e a sua dignidade. A troca de qualidades contribuiu para um melhor (re)conhecimento, para a melhoria das relações existentes entre as mulheres, podendo facilitar o desenvolvimento ou recuperação da autoestima, como refere Duclos (2006).

Na segunda sessão, no dia 06/04/2017, mantendo-se os objetivos da primeira sessão, visava-se também a reflexão acerca de como as pessoas se veem e como reagem de forma diferente perante a mesma situação; a diferenciação de diferentes formas de comunicar e o reconhecimento dos efeitos em si próprio e nos outros; a reflexão acerca da influência do comportamento verbal e não-verbal na relação com os outros e como o comportamento gera comportamento; o reconhecimento da importância da comunicação assertiva (com acesso a exemplos práticos) na gestão de conflitos. Esta sessão contou com a presença de todas as mulheres, tendo-se iniciado com uma partilha da D. Conceição, relativa a um incidente que ocorreu na última visita ao seu filho. A D. Conceição contou que, durante um jantar em casa do filho, com amigos deste, não concordando com a forma como a neta, de quatro anos, estava a comer, criticou o filho em voz alta, na frente de todos os presentes (embora não tivesse relação de proximidade com os amigos do filho. Efetivamente, todos ficaram surpresos e calados e o filho não gostou. Refletiu que tem esta forma de se expressar muito espontânea e pouco controlada, sendo que quando pensa melhor

“já é tarde”, e afirmou que gostaria de ser menos impulsiva. Este exemplo permitiu que as restantes expusessem a sua opinião e alternativas de intervenção para aquela situação, revelando como pensam que reagiriam naquele lugar e como acham que seria mais correto. A D. Rosa contou que, apesar de aparentar ser muito calma, também tem alguma dificuldade em lidar com situações de *stress* e gerir conflitos, contando que num dos empregos agrediu um dos patrões que a tentou seduzir e, outra vez, deu um estalo a um senhor que foi indelicado consigo no autocarro. Por sua vez, a D. Fernanda mencionou que se tornou uma pessoa mais calma, o que foi necessário devido aos seus problemas de saúde; assim, revelou que tenta sempre lidar com as situações de uma forma pacífica, nem que para isso pense e apenas responda mais tarde. Como nos grupos de auto-ajuda, as reflexões que surgiram permitiram a cada uma das mulheres colocar-se nas situações, comparando atitudes e sentimentos, pensando como poderia ter reagido, o que proporciona novas formas de sentir, perceber e estar (Lieberman, 1998). Consequentemente, foi possível identificar diferentes tipos de comunicação, compreendendo que os mesmos têm efeitos também diferenciados, em si próprias e nos outros, bem como refletir acerca da importância da comunicação (verbal e não verbal) que se estabelece com os outros, percebendo que a forma como lidamos e nos relacionamos interfere no conteúdo e qualidade das relações (Dias, 2004). A partir dos exemplos, concluiu-se a relevância de se estabelecer uma comunicação assertiva na gestão de conflitos, mas como esta deve ser adequada aos contextos e aos sujeitos (Ap. U, registo 2).

No dia 13/04/2017, desenvolveu-se a terceira sessão. Esta mantinha os objetivos da primeira e pretendia, ainda, a promoção da valorização pessoal e a identificação e análise dos discursos culturais relativos ao papel do homem e da mulher, reforçando o da mulher na família e na sociedade, já que o grupo é constituído unicamente por mulheres que enfrentam diariamente desafios e adversidades. Não estiveram presentes a D. Isabel, porque teve uma reunião no âmbito da formação profissional que iria iniciar, nem a D. Fernanda e a D. Conceição que, no próprio dia, avisaram que se encontravam doentes. Esta sessão iniciou-se com partilhas da D. Celeste relativamente ao seu filho, pois este tinha vindo visitá-la no passado fim-de-semana. A D. Celeste refletiu como sente que o filho está mais equilibrado em termos de

saúde, recordando o que viveu aquando do surgimento dos sintomas e diagnóstico da doença (esquizofrenia), mencionando que nunca teve o apoio do pai do filho, de quem se separou quando o filho tinha três anos. A partir destas partilhas, a discussão orientou-se para a ideia que têm acerca do papel do homem e da mulher, tendo a D. Madalena reforçado o facto de a D. Celeste ser uma mulher forte e lutadora, concluindo que pensa que as mulheres apresentam mais estas capacidades, tendo mais coragem para enfrentar os problemas e adversidades do que os homens e contou o seu próprio exemplo. As mulheres refletiram acerca das responsabilidades exercidas por uma mulher/mãe numa família e da positiva evolução da mulher na sociedade. No final, a D. Carmen mencionou “Realmente, ainda temos muitas qualidades. As mulheres são umas máquinas” (Ap. U, registo 3). Estas partilhas e reflexões permitiram reconhecer potencialidades, valorizando-se enquanto mulheres com um papel decisivo nas suas próprias vidas e das suas famílias.

Na segunda parte desta sessão, com o objetivo de promover a valorização pessoal e grupal, foi ainda realizado um exercício de dinâmica de grupo: “a árvore da valorização”, assim denominado pelo grupo (Ap. U, registo 3). Denotou-se uma menor dificuldade do que na identificação de qualidades na primeira sessão, mas continuou a ser notória a maior facilidade em atribuir qualidades às outras pessoas. No final, refletiu-se acerca da importância de cada pessoa identificar e valorizar as suas próprias capacidades, acreditando nas suas potencialidades.

Na quarta sessão, no dia 20/04/2017, não descorando os objetivos iniciais, visava-se estimular a valorização pessoal e grupal, favorecer a confiança e a coesão grupal, tal como fortalecer os laços existentes. Nesta sessão, todas as participantes estiveram presentes. A D. Madalena começou por realçar a importância destas sessões e o impacto que têm tido em si, procurando diariamente valorizar-se mais (“Isto faz-me bem”). A D. Isabel reforçou e aproveitou o momento para informar que não poderia continuar a estar presente, pois iria iniciar uma formação profissional em Técnico Auxiliar de Saúde, com horário diurno, das 9h às 17h, referindo “Adoro vir. Tenho pena de deixar, mas ir para o curso também é muito importante”. Todas valorizaram o início da formação da D. Isabel, incentivando-a a investir em si própria, a aumentar as suas qualificações e a ocupar o seu tempo com qualidade. Foi dada a

possibilidade de alterar o horário das sessões para pós-laboral, contudo o grupo declarou não ter disponibilidade e preferir o horário atual. A própria D. Isabel referiu que, depois de sair da formação, a sua prioridade seria ir buscar os filhos à escola e ir para casa cuidar deles (Ap. U, registo 4).

A partir destes momentos, refletiu-se acerca da evolução do grupo desde a sua constituição, concluindo-se que estava mais coeso, existindo mais confiança e relações mais consolidadas. O grupo partilhou que se tem encontrado e conversado ocasionalmente nas mercearias (pois passaram a ir às mesmas) ou, propositadamente, no café. Conheceram os familiares umas das outras, tendo em conta que, vivendo na mesma freguesia, quando se cruzam, não ficam pelo cumprimento (como inicialmente), mas sim convivem e conversam um pouco, apresentando quem estiver consigo. A D. Rosa referiu ter encontrado um apoio no grupo, já que nesta freguesia não tem familiares nem tinha pessoas amigas. A D. Mariana contou também que a sua filha está muito contente com as roupas que lhe têm sido dadas pela filha da D. Conceição por já não lhe servirem (Ap. U, registo 4).

Para esta sessão estavam previstos dois exercícios de dinâmicas de grupo (Ap. S). No entanto, tendo-se desenvolvido a reflexão a partir do que foi trazido pelas mulheres, os mesmos não aconteceram. Todavia, foram concretizados os objetivos previstos para a sessão, sendo visível e refletida a evolução do grupo.

A quinta sessão traduziu-se numa sessão de *manicure*, que teve como objetivos proporcionar um cuidado pessoal e incentivar aos cuidados de imagem pessoal, promovendo a valorização pessoal. Foi necessária a colaboração de um dos elementos da equipa do Programa Escolhas que já trabalhou como *manicure* e que aceitou a proposta. As mulheres também acharam uma boa ideia, sugerindo que a sessão acontecesse no espaço do Programa Escolhas, de modo a conhecerem a restante equipa e o local onde se desenvolveria a Ação 2. Tendo em conta a disponibilidade das mulheres e da equipa do Programa Escolhas, como planeado, esta atividade decorreu numa terça-feira à tarde, no dia 02/05/2017.

Porque esta sessão decorria num espaço novo, combinámos um ponto de encontro e deslocamo-nos em conjunto, a pé, até às instalações do Programa Escolhas, mantendo a conversa entre todas (Ap. U, registo 5). Estiveram presentes as

sete mulheres que constituem agora o grupo e a filha da D. Carmen. As mulheres tiveram oportunidade de conhecer a equipa, o espaço e o próprio Programa Escolhas. Na sessão de *manicure* (Ap. V, registo 1), todas se sentiram cuidadas, mimadas e vaidosas, mostrando satisfação pela atividade, durante a qual se manteve o diálogo e as partilhas. Nestas partilhas, a D. Rosa contou que a sua casa (arrendada) estava em vias de ser vendida, pelo que teria que procurar nova habitação, tendo o grupo se disponibilizado para a apoiar nesta procura, envolvendo-se na resolução do problema (Ap. U, registo 5). No final, cada mulher recebeu um pequeno saco com produtos de beleza (cremes, champôs, produtos de maquilhagem, recolhidos em lojas, farmácias e revendedoras), como forma de estimular os cuidados pessoais, sendo que esta era uma necessidade identificada pelo grupo. Procurou-se, assim, promover uma valorização narcísica da imagem pessoal, aspirando ganhos ao nível da autoestima do grupo (Schultheisz & Aprile, 2013). Posteriormente, em atendimento individual, foi também entregue à D. Isabel, que disse estar muito satisfeita com a formação, conforme vai transmitindo às restantes do grupo.

Posteriormente, ainda nessa tarde, abordaram-se as expectativas do grupo para a Ação 2, assim como se planearam as próximas sessões. O grupo mostrou-se entusiasmado com este novo recurso, que permitia o desenvolvimento dos seus interesses, nas áreas da informática, da culinária e do emprego (Ap. U, registo 5).

Avaliando a Ação 1, a D. Mariana referiu “Até saímos daqui com outro ar! Aqui somos nós próprias”. A D. Celeste enfatizou o caráter de apoio e suporte do grupo, como se se tratasse de um grupo de auto-ajuda (Lieberman, 1998), concluindo “Desabafamos e até vamos mais leves”. Este aspeto foi igualmente reforçado pela D. Fernanda, que partilhou “Sei que vocês sabem do que falo” e que “Estes bocadinhos ocupam-nos a cabeça com coisas boas, distraímo-nos em vez de pensar só nos problemas”. A D. Rosa reforçou a importância de saírem do espaço doméstico e se encontraram, realçando “Em casa desmotivado. Aqui, apesar de falarmos da nossa vida, pensamos nas coisas positivas” e “Tem sido mais fácil lidar com os problemas que vão surgindo no dia-a-dia”. A D. Conceição concordou, acrescentando “Até passo menos tempo no sofá. Tenho mais vontade de sair e estar com as pessoas”. A D. Carmen lembrou que, além dos encontros formais, a Ação 1 incluiu outros:

“Encontramo-nos por aí, nem que seja nas compras, vamos ao Seixas e à Lindinha”; tendo a D. Isabel completado “As minhas amigas deixaram de ser apenas as virtuais”. Recordando a sessão de *manicure*, a D. Mariana referiu “Um pequeno mimo, faz-nos logo sentir mais bonitas”; recebeu ainda um elogio da D. Madalena que lhe disse “És ainda tão nova e bonita. Tens um futuro pela frente. Tens que olhar pela tua vida”.

Neste sentido, avaliando a Ação 1 de acordo com as categorias de análise “Autoestima das mulheres” e “Rede de relações das mulheres”, e respetivas subcategorias (Ap. R), conclui-se que, nos seus discursos e nas suas práticas, ao longo das várias sessões, todas as participantes reconheceram momentos de convívio e interação, partilhas de sentimentos, opiniões, experiências e dificuldades. As mulheres foram autênticas e genuínas, assim como sempre esteve presente a compreensão, o respeito, a autenticidade e a aceitação, não sendo emitidos julgamentos acerca do que era dito. Paralelamente, o desenvolvimento do conhecimento e a reflexão sobre cada uma das mulheres favoreceu o reconhecimento de competências e qualidades e um maior conhecimento entre todas. Por conseguinte, verificou-se uma maior valorização e satisfação pessoal das mulheres, tal como a existência do sentimento de pertença a um grupo, sendo este cada vez mais coeso e adquirindo funções de suporte e de apoio para as pessoas (Lieberman, 1998). A aproximação e identificação grupal contribuíram para a existência de um maior à vontade, para uma maior confiança e segurança no grupo, assim como para o fortalecimento dos laços existentes. De facto, as relações tornaram-se mais consolidadas, ao ponto de o grupo ter autonomia e assumir os encontros, além dos momentos do projeto.

A partir destas novas amizades, as mulheres começaram a estar menos tempo em casa, tendo mais vontade de sair, de se encontrar e de conviver, e conseguindo integrar outros familiares nestas relações. Entre as mulheres, o grupo foi se tornando um efetivo apoio, constituindo-se como uma rede de suporte, como por exemplo na procura de casa para a D. Rosa. Assim, o grupo tornou-se mais autónomo, não só nos encontros, mas também quanto à capacidade de se afigurar como suporte e apoio.

Além de terem sido proporcionados e estimulados cuidados de imagem pessoal no âmbito da Ação 1, estes também se desenvolveram de forma natural, pois o

grupo passou a sentir mais disposição para o fazer e a considerar ter motivos, nomeadamente por sair de casa, deslocar-se a outros locais e conviver com outras pessoas. De modo geral, o grupo foi se tornando mais confiante, motivado e entusiasmado, desenvolvendo expectativas mais positivas. Tal como nos grupos de encontro de Rogers (1970), verificando-se a expressão de sentimentos, a espontaneidade, a intimidade na relação, a confiança mútua, a solidariedade e o viver o presente, a Ação 1 contribuiu para o desenvolvimento de potencialidades nas mulheres. Concluiu-se, assim, o alcance da mudança a nível individual e interpessoal pela possibilidade de melhoramento da comunicação e das relações, através de um processo experienciado, no sentido rogeriano (Rogers, 1970).

Não obstante, é de considerar que estes resultados também foram possíveis pelo facto de o grupo já existir e estar reunido há mais de um ano, pois certo é que o número destas sessões não seria suficiente. É ainda de mencionar que a Ação 1 não se delimitou a estas sessões, sendo transversal a todo o projeto, decorrendo em simultâneo com a Ação 2, já que se manteve o espaço para as partilhas e reflexões em todos os encontros.

3.2. AÇÃO 2: “AS ANÓNIMAS EM AÇÃO”

A Ação 2, “As Anónimas em ação” (Ap. U, registo 5), surgiu com vista a responder às necessidades do grupo e partiu dos seus interesses, reforçando competências e proporcionando em simultâneo novos recursos, o que contribuiu para aumentar o sentimento de valorização e utilidade.

As “Mulheres Anónimas” mencionavam sentir necessidade de adquirir competências de informática, por diferentes motivos: desenvolver novos conhecimentos, manter contacto com os filhos que estavam ou poderiam ir para o estrangeiro ou desenvolver novas competências que apoiassem na procura de emprego. Algumas das mulheres não sabiam sequer ligar um computador, enquanto outras já tinham tido oportunidade de aprender algumas coisas, mas diziam não se

recordar (Ap. G, registo 7). Outro dos interesses destacado pelo grupo foi a culinária. Quando existia partilha de receitas culinárias, eram ouvidas expressões como “Ainda fazemos um livro” (D. Celeste) ou “Estas receitas são boas. Todos os que precisam, deviam conhecê-las” (D. Mariana) (Ap. G, registo 5). O grupo considerou que, de facto, poderia colocar em prática algumas receitas, fazer um livro ou *dossier* de receitas e divulgá-las a quem precisasse (Ap. G, registos 5 e 8). Além disso, considerando que estas mulheres estão todas desempregadas (ou apenas a trabalhar em *part-time*), o grupo considerou também importante desenvolver atividades que fomentassem a procura de trabalho e desenvolvessem o compromisso e a motivação para a mesma (Ap. G, registos 7 e 8), tais como a elaboração do *curriculum vitae* (CV) e a pesquisa de ofertas de emprego através da internet.

Foram encontradas, assim, três áreas a desenvolver na Ação 2: informática, culinária e emprego. É de mencionar que a costura era outra área de interesse do grupo e de experiência da maioria, contudo o mesmo não manifestou vontade para que fosse incluída no projeto (Ap. G, registo 8).

Para o desenvolvimento de sessões associadas à informática e à culinária, exigia-se a articulação com outros serviços, nomeadamente com o Programa Escolhas com intervenção na freguesia, e que dispõe de espaço de informática e de cozinha. Após o contacto com a equipa do Programa Escolhas e com a coordenadora da Instituição, confirmou-se a possibilidade de articulação entre ambas as valências, viabilizando o desenvolvimento das atividades de informática e culinária. Estas foram desenvolvidas à terça-feira à tarde, conforme planeado e de acordo com as disponibilidades. A partir desta primeira articulação e consequente confirmação, o grupo conheceu e articulou, sempre que necessário, com a equipa do Programa Escolhas, constituída por uma coordenadora (com formação em Serviço Social), uma técnica (Psicologia) e uma monitora de informática (com formação em Educação Social e Informática). A equipa era ainda constituída por uma dinamizadora comunitária, contudo, por motivos de saúde, encontrou-se ausente, ao longo do desenvolvimento do projeto.

No dia 02/05/2017, como já referido, foram planeadas as sessões seguintes, estando presentes as sete mulheres que agora constituem o grupo, eu e toda a equipa do Programa Escolhas. Assim, associando-se de alguma forma a informática à

culinária, definiram-se objetivos e estabeleceu-se a planificação das próximas sessões (Ap. T). A monitora de informática do Programa Escolhas informou que as aprendizagens relativas à informática possibilitariam a realização de uma prova de conhecimentos e o acesso a um diploma de competências básicas em informática, o que entusiasmou as participantes, que não deixaram de revelar receio em relação à prova, sendo esclarecido que seria simples e que, com certeza, conseguiriam concretizá-la. Considerando a possibilidade de divulgar as receitas culinárias, foi pensado em grupo criar um *blog* culinário. No entanto, para ser mais fácil garantir a gestão da página *online* por parte do grupo, e dada a maior dificuldade de trabalhar com um *blog*, a monitora sugeriu a criação de uma página do *facebook*. Nesta sessão, foi reforçada pela D. Fernanda a ideia de redigir um livro ou criar um *dossier* com as receitas culinárias selecionadas e editadas nas sessões de informática. A D. Mariana partilhou, ainda, a ideia de desenvolver atividades práticas de culinária, experimentando em conjunto as receitas na cozinha. Pensando na finalização do projeto, a D. Carmen sugeriu uma festa de verão “(...) para acabar em grande!”. Neste dia, o grupo foi informado da existência neste espaço de um *dossier* de ofertas de emprego e formação, semanalmente atualizado com o apoio do IEF, sendo que o poderiam consultar e solicitar esclarecimentos quanto às ofertas de interesse.

Nesta sessão, a D. Carmen veio acompanhada pela sua filha, de 21 anos, que se inscreveu como participante direta do Programa Escolhas. A jovem, que se encontrava desempregada e sem ocupação, esteve a consultar ofertas de formação profissional, em conjunto com uma colega do Programa Escolhas. Tendo verbalizado gosto pela área de cozinha e pastelaria, a colega lembrou-se que havia recebido a informação de um curso nesta área, o qual necessitava de alunos para completar a turma. A jovem questionou se ainda poderia inscrever-se. Foi de imediato contactada a escola e agendada uma entrevista para o dia seguinte. A jovem foi aceite para a formação profissional, com início previsto para junho, oferecendo-se para continuar a estar presente nas sessões do grupo, nomeadamente nas de informática, podendo até apoiar nas mesmas. As mulheres que constituem o grupo consideraram uma boa oportunidade por terem mais uma pessoa com conhecimentos de informática e com disponibilidade para apoiar nas suas aprendizagens.

No final da sessão, dirigimo-nos ao responsável da associação local que ocupa espaços em comum com o Programa Escolhas, como a cozinha, para verificar se a sua utilização causaria algum transtorno. O grupo estava todo presente, assumindo a palavra a D. Carmen. Percebeu-se que teríamos de ter atenção aos períodos do mês em que a associação necessitasse da cozinha, pelo que as atividades de culinária deveriam acontecer em meados dos meses (Ap. U, registo 5). Nesta sessão, o grupo apresentou-se participativo e envolvido na organização e planeamento de sessões seguintes, expondo as suas ideias e opiniões, espontaneamente.

As atividades de informática decorreram conforme planeado entre os dias 09/05/2017 e 06/06/2017. Os objetivos destas sessões foram definidos em grupo, a partir das sugestões da monitora de informática, que apresentou os objetivos do curso de informática já existente. Os objetivos do curso, aceites pelas pessoas após a sua desconstrução para melhor entendimento, são dois: 1) promover o desenvolvimento de competências na utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação para possibilitar uma literacia digital num quadro de igualdade de oportunidades; 2) potenciar a autonomia, a criatividade, a responsabilidade, bem como a capacidade de trabalhar em equipa, numa perspetiva de abertura à mudança. Os diferentes níveis de conhecimentos em que as mulheres se encontravam permitiram o apoio mútuo no processo de aprendizagem e a presença da filha da D. Carmen foi mais um recurso. É ainda de mencionar que o facto de as aprendizagens serem transmitidas em grupo, de forma simples e descontraída, entre brincadeiras e conversas, contribuiu positivamente para o desenvolvimento das sessões de informática e, conseqüente, para a aquisição de conhecimentos.

Na primeira sessão, em 09/05/2017, esteve presente todo o grupo, que se encontrava um pouco ansioso, por ser uma experiência nova para a maioria dos seus elementos. Após um momento de conversa e partilha e a consulta do *dossier* das ofertas de emprego e formação (Ap. U, registo 6), o grupo avançou para a informática. Foram adquiridos os conhecimentos básicos incluídos no programa deste pequeno curso de informática: ligar e desligar corretamente o computador; iniciar e encerrar sessão; conhecer o ambiente de trabalho; conhecer e utilizar os periféricos do computador (rato e teclado); conhecer as aplicações informáticas do

menu iniciar; conhecer alguns programas e funcionalidades do computador; e introdução ao *Word*. No final, as mulheres encontravam-se divertidas e satisfeitas, valorizando as novas conquistas, conforme as expressões da D. Conceição “Pensei que ia demorar 4h a escrever o meu nome, mas até foi rápido”, da D. Celeste “Isto é muito giro. Agora até o computador vai deixar de ser um bicho-de-sete-cabeças” e da D. Fernanda “Quando fiz o curso, tive que aprender, mas sentia-me pressionada. Já não me lembrava de quase nada. Aqui foi divertido aprender” (Ap. U, registo 6).

Para a segunda sessão, de 16/05/2017, solicitou-se às mulheres que trouxessem as suas receitas, para que pudessem trabalhar no *Word* através delas, como planeado. Apenas não esteve presente a D. Madalena por falecimento da sogra, mas pediu que a D. Mariana trouxesse ao grupo as suas receitas. Num momento inicial, o grupo falou acerca da necessidade de mudança de casa da D. Rosa, já que a D. Carmen soube de uma casa para alugar, com valor de renda possível de suportar pela D. Rosa, facultando-lhe o contacto da senhoria (Ap. U, registo 7). Posteriormente, as presentes mostraram as diferentes receitas que cada uma trazia, selecionando em grupo as que gostariam de transcrever para o computador. Fizeram-no a pares, alternando entre si entre a escrita e o ditado (até porque algumas receitas estavam memorizadas). Assim, todas as mulheres presentes aprenderam a escrever no computador, no programa *word*, transcrevendo e editando receitas culinárias, bem como aprenderam a guardar documentos em pastas e a identificar pastas e documentos no computador. O grupo mostrou-se coeso, envolvido, participativo e entusiasmado com a sua aprendizagem, partilhando ainda as suas dificuldades, numa lógica de cooperação (Ap. U, registo 7).

A hora em que terminavam as sessões de informática do grupo de mulheres (normalmente entre as 16h30 e as 17h) era próxima da hora em que os jovens que frequentavam o Programa Escolhas saíam da escola e chegavam ao espaço. Assim, desde a primeira sessão que, no final, ambos os grupos (mulheres e jovens) se cruzavam. No dia 16/05/2017, percebendo que as mulheres estiveram a editar receitas culinárias, alguns jovens referiram que uma das atividades que mais gostavam de fazer no Programa Escolhas era aprender receitas culinárias na cozinha, tendo a D. Conceição respondido “Olha, ainda fazemos aqui uma dupla engraçada.

Íamos todos para a cozinha!”. A ideia foi explorada no grupo de mulheres, tendo o mesmo sugerido ensinar os jovens a confeccionar receitas práticas, que pudessem constituir lanches económicos. Na sequência de uma atividade já realizada e partilhada pelos jovens, surgiu a possibilidade de formar equipas de culinária entre as mulheres e os jovens, bem como foi lançada a ideia de fazer um lanche ou almoço de convívio entre todos. O grupo comprometeu-se a pensar neste assunto, decidindo planear e definir essas atividades na próxima sessão (Ap. U, registo 7).

Em 23/05/2017, apenas faltou a D. Rosa devido a um exame médico, sendo que, num momento inicial de partilha em grupo, este manifestou preocupação com a D. Rosa (Ap. U, registo 8). As mulheres mostraram envolver-se e preocupar-se com a situação de cada uma em particular, reforçando a importância do apoio do grupo na superação dos desafios da vida. A D. Madalena demonstrou já estar a par da sessão anterior, em que faltou, pois já se tinha encontrado com outro elemento e tinha ido ao espaço em dia posterior. Após a conversa e a consulta do *dossier* do emprego, as mulheres dirigiram-se para os computadores. Assistiu-se à aquisição de competências ao nível das pesquisas na internet e da seleção e arquivo desta informação, guardando no computador ou imprimindo. Procurou-se, assim, promover o interesse pelas pesquisas na internet, tal como pela investigação, descoberta e inovação. A D. Mariana começou a pesquisar receitas culinárias, juntando-se a ela a D. Madalena, comentando as suas opiniões e como poderiam fazer diferente quando criassem a página de receitas. As restantes ficaram atentas, centrando a atenção sobre como poderiam selecionar e apresentar as receitas, de modo a divulgá-las e serem úteis. A D. Conceição pesquisou sobre a Bélgica e a Holanda, onde se encontravam os filhos. A D. Celeste juntou-se, referindo que, se pudesse, gostaria de viajar. A D. Carmen e a sua filha pesquisaram letras de músicas de que gostam, o que agradou a D. Fernanda, que se juntou a elas.

Posteriormente, o grupo sentou-se em torno de uma mesa para discutir ideias para a atividade prática de culinária. Decidiu avançar com a ideia de ensinar os jovens a realizar lanches práticos e económicos, organizando para isso um *workshop* de culinária. Considerando que os jovens à quarta-feira à tarde não tinham aulas, o *workshop* foi agendado para 14/06/2017. A D. Madalena sugeriu a receita de *mini-*

palmieres e a D. Celeste a receita de *mini-croissants*, com o que as restantes concordaram. Estas são receitas práticas e económicas e, refletindo acerca de aspetos de nutrição e alimentação saudável, concluiu-se que também não colocam em causa nenhuma restrição alimentar das mulheres ou dos jovens. Fez-se a lista de ingredientes necessários. Tendo em conta que a associação local em funcionamento no mesmo edifício que o Programa Escolhas faz distribuição do banco alimentar, da qual a D. Madalena beneficia, esta lembrou-se que a mesma poderia facultar alguns ingredientes, confirmando-se a doação de salsichas, açúcar, canela e polpa de tomate. Os restantes ingredientes (massa folhada, queijo e fiambre) ficaram à minha responsabilidade e da equipa do Programa Escolhas. No final, a D. Carmen voltou a falar na possibilidade de organizar uma festa como última atividade, que poderia ser semelhante à que estavam ali a organizar. O grupo decidiu definir a data em sessões próximas, apontando a primeira semana de julho para a sua realização. A D. Conceição reforçou que, em meados de julho, iria visitar os filhos à Bélgica, propondo uma data anterior (Ap. U, registo 8). Uma vez mais, o grupo mostrou-se participativo e envolvido no planeamento e organização das sessões, apresentando-se entusiasmado com os novos conhecimentos e recursos adquiridos. Assistia-se a um aumento progressivo da valorização pessoal e grupal, bem como de sentimentos de competência, utilidade e autoeficácia.

Aproveitou-se este momento para lembrar que outra das áreas a desenvolver dizia respeito à aquisição de competências e estratégias na procura de emprego, não se tendo ainda planeado nada especificamente neste sentido, para além da consulta do *dossier* de ofertas de emprego e formação. O grupo assumiu estar tão entusiasmado e interessado na informática e na culinária, que deixou escapar o planeamento dessas atividades. Assim, a D. Carmen sugeriu que se trabalhasse sobre como procurar trabalho e que postura assumir. A D. Fernanda alertou para a importância da apresentação e do que é dito. Associando à informática, a D. Mariana lembrou a relevância de ter um CV atualizado e saber em que *sites* podem fazer a pesquisa. Neste sentido, uma das técnicas do Programa Escolhas, que normalmente acompanha a área do emprego, sugeriu serem feitas sessões grupais, adequadas a estes interesses e necessidades, propondo que se fizessem simulações práticas. O

grupo concordou e agendaram-se as sessões para os dias 13/06/2017 e 27/06/2017 (Ap. U, registo 8).

Em 30/05/2017, não esteve presente a D. Madalena que teve consulta médica, nem a D. Conceição porque começou a prestar cuidados ao ex-sogro, com diagnósticos de doença de Alzheimer e doença oncológica. Inicialmente, a monitora centrou mais a sua atenção na D. Rosa, para que pudesse adquirir os conhecimentos construídos na sessão anterior, com o apoio e incentivo dos restantes elementos. Nesta sessão, foi trabalhada a importância da conta de *e-mail* para a capacidade de produzir e comunicar, para a procura de trabalho e, mesmo, para a criação de redes sociais. Todas criaram uma conta de *e-mail* e adquiriram competências associadas, como editar e enviar um *e-mail* e gerir a caixa de correio. No final, a D. Rosa partilhou com o grupo que já tem “casa em vista”, sentindo o apoio e tranquilização por parte das restantes. Por fim, enquanto consultavam o *dossier* de ofertas de emprego, a D. Carmen explorou uma das ofertas, procurando mais informações, e a D. Celeste informou que tem conseguido desenvolver alguns trabalhos esporádicos (Ap. U, registo 9). A partir desta sessão, foi possível concluir alguma evolução em algumas das participantes: a D. Rosa estava prestes a resolver um dos problemas que mais a preocupava e, com a mudança de casa, estava mais positiva face ao futuro; a D. Conceição assumiu a responsabilidade de cuidar do ex-sogro, o que achava não ser capaz; a D. Celeste, estando desempregada há cerca de 12 anos, recuperou hábitos de trabalho que, mesmo sendo irregulares e sem proteção social, são benéficos; a D. Carmen manifestava, progressivamente, maior motivação na procura de emprego, interessando-se e procurando saber mais.

No dia 06/06/2017, a D. Conceição também não conseguiu estar presente, pelos cuidados a prestar ao ex-sogro. A D. Madalena referiu já ter criado a conta de *e-mail*, pois veio ao espaço em outro dia e recorreu à ajuda do filho. Acrescentou que, quando foi ao espaço, a D. Conceição a acompanhou, também criando a conta de *e-mail*. As presentes realizaram a prova de conhecimentos para obtenção do diploma, que decorreu de forma positiva para todas, constituindo um momento de confiança e valorização pessoal. A filha da D. Carmen assumiu-se como um elemento de apoio, em conjunto comigo e com a monitora. Faltando a D. Conceição realizar a prova, as

restantes disponibilizaram-se para acompanhá-la em outro dia ao espaço, apoiando e dando continuidade à edição de receitas, o que já vinham a fazer em outros momentos além das sessões agendadas (Ap. U, registo 10).

De seguida, o grupo recorreu a diversos materiais cedidos pelo Programa Escolhas e construiu o seu *dossier* de receitas (Ap. V, registo 2). Imprimiram e recortaram letras, deram um nome ao *dossier* (“Receitas das Anónimas”) e decoraram o mesmo. O grupo já tinha várias receitas editadas, as quais imprimiu e colocou no *dossier*. Enquanto o faziam, as mulheres mantiveram o diálogo, partilhando aspetos pessoais (Ap. U, registo 10). Estes encontros foram permitindo evoluções na forma de ser e estar do grupo: a D. Mariana salientou-se, mostrando sentir-se mais segura de si, procurando orientar o grupo e expor as suas opiniões; a D. Fernanda encontrou no grupo um espaço que lhe transmite apoio, sentindo-se mais ativa, ocupando o seu tempo com qualidade (com novas amizades, novos conhecimentos); a D. Madalena foi-se envolvendo ativamente, impulsionando o grupo e reconhecendo que, por estar mais calma e sentir-se melhor consigo própria, tem maior disposição para a vida e que a própria relação com o marido melhorou.

Importa esclarecer que o facto de as mulheres se terem disponibilizado para se encontrar em outros momentos e irem até ao espaço onde decorria a ação de informática e culinária, além das sessões previstas, permitiu que todas, mesmo as que iam faltando, pudessem acompanhar todas as aprendizagens e obter o diploma de informática. Esta disponibilidade confirmou também o interesse, o envolvimento e a motivação do grupo, que utilizou o espaço livremente, em função das suas necessidades. É ainda importante referir que, ao longo das sessões, houve disponibilidade para a continuidade dos momentos de partilha no grupo, decorrendo as sessões de uma forma muito descontraída, entre conversas, partilhas e aprendizagens, funcionando como momentos de educação não formal, adequadas ao grupo e às suas características.

No dia 20/06/2017, compareceram todas as participantes, sem a presença da filha da D. Carmen, que teve uma consulta médica. Quando chegavam, as mulheres consultavam o *dossier* de ofertas de emprego, tal como vinha acontecendo nas sessões anteriores. Esta consulta, feita na maioria das vezes de forma espontânea, foi

se tornando um hábito, revelando uma maior motivação e responsabilidade do grupo para a procura de emprego ou formação. A D. Conceição informou já ter realizado a prova de conhecimentos, com o apoio de outros elementos do grupo, valorizando a sua conquista e aprendizagem. Para esta sessão estava prevista a criação e desenvolvimento da página do *facebook*, relativa às receitas culinárias. O grupo começou a trabalhar com os computadores, mas neste dia a conversa fluía e, de forma natural, as mulheres foram se virando umas para as outras, formando um círculo de costas para os computadores. Tendo já integrado no grupo a monitora e sentindo confiança, esta começou por ser uma sessão de síntese e avaliação das anteriores, passando depois a uma sessão de partilhas pessoais, reflexões e devoluções entre as participantes (Ap. U, registo 13). Compreendendo esta necessidade, que inclusive motivou a constituição do grupo, este momento não foi visto como um constrangimento, mas sim uma alteração positiva da planificação.

A página do *facebook* não foi criada nesta sessão, mas o grupo mostrou disponibilidade para fazê-lo em outro dia, sugerindo a quinta-feira seguinte, dia 29/06/2017, responsabilizando-se em dar cumprimento ao planeado. Tratando-se de um dia em que eu já tinha atendimentos agendados com outras famílias, as mulheres assumiram não haver problema da minha ausência, mantendo a data, revelando autonomia e capacidade de iniciativa. Uma vez que o início da formação foi adiado para julho, a filha da D. Carmen esteve também presente nesse dia, apoiando o grupo na criação da página do *facebook*, a par da monitora de informática.

No dia 13/06/2017, realizou-se a primeira sessão dedicada ao desenvolvimento de competências interpessoais e aquisição de estratégias de procura de emprego. Compareceram quatro das mulheres: D. Fernanda, D. Rosa, D. Madalena e D. Carmen, estando também presente eu e uma das técnicas do Programa Escolhas. As restantes avisaram no dia que não poderiam estar presentes, indicando os seus motivos (a D. Conceição indicou os cuidados ao ex-sogro, a D. Celeste recebeu a visita de enfermagem à mãe e a D. Mariana tinha o filho mais novo doente). Foram apresentados vídeos facultados pela técnica do Programa Escolhas, abordando-se a partir destes a importância da adequação da comunicação, da postura e da apresentação. Na discussão acerca da apresentação, as presentes mostraram uma

maior disposição para cuidar da sua imagem pessoal, revelando ter interesse e gosto em fazê-lo. Abordaram-se, igualmente, as formas de procura de trabalho e refletiu-se acerca da importância das entrevistas para a seleção de candidatos. Neste sentido, tendo por base a discussão, foi realizado um *role playing* com as presentes, que aceitaram o desafio (Ap. U, registo 11). Esta estratégia permitiu a simulação de situações e treino de papel. As mulheres mantiveram-se bastante participativas, expondo as suas opiniões e dúvidas, e mantendo a boa-disposição. No final da sessão, a D. Rosa partilhou que lhe foi feita uma proposta de um trabalho esporádico, para cuidar de uma senhora idosa, o que aceitou (Ap. U, registo 11).

A segunda sessão aconteceu no dia 27/06/2017, sem a presença da D. Celeste, que mencionou ter conseguido um trabalho esporádico para aquela tarde (na área das limpezas) e da D. Fernanda, por estar doente. Após um momento inicial de partilhas pessoais, foi consultada uma lista dos *sites* mais atualizados e recomendados para a procura de emprego. De seguida, o grupo ocupou os computadores, aprendendo a utilizar e registar-se nesses *sites*, nomeadamente com recurso à conta de *e-mail* criada. Posteriormente, a monitora de informática mostrou, em grupo, como deve ser feita uma carta de apresentação, como se deve responder ou candidatar-se a anúncios, bem como ensinou a fazer e atualizar um CV *online*. Cada uma das mulheres adquiriu noções de como se faz, sendo-lhes dada a possibilidade de se deslocarem ao espaço, em grupo ou individualmente, sempre que necessitem ou queiram fazê-lo (Ap. U, registo 14).

No que respeita à área do emprego, ao longo das sessões no Programa Escolhas, semanalmente, o grupo teve oportunidade de aceder às ofertas atualizadas, disponibilizadas no *dossier*. As mulheres que viam ofertas do seu interesse, como foi o caso da D. Carmen e da D. Madalena, perguntavam mais pormenores, contudo percebiam que não reuniam os critérios para os empregos selecionados, fosse pela idade ou pelo nível de escolaridade abaixo do solicitado. Assim, era visível o desajuste entre as suas características e as exigências atuais do mercado de trabalho, o que as deixava revoltadas, por sentirem que continuam a ter competências que não eram reconhecidas, por serem mais velhas ou não terem diplomas.

Ainda relativamente à área do emprego, verificaram-se alguns resultados iniciais, como a aquisição de mais informação e novos recursos e conhecimentos, no entanto o tempo e a continuidade destas ações assumem-se como fundamentais para a concretização de resultados mais consistentes. Não obstante, é de ressaltar a maior disponibilidade para o processo de procura de emprego que, aliada a um maior compromisso, responsabilização e confiança, poderá espoletar outros resultados. Neste âmbito, é uma mais-valia o grupo conhecer e continuar a usufruir do espaço do Programa Escolhas. Contudo, continua a considerar-se que não podem ser apenas estas mulheres a tentar ajustar-se, exigindo-se alterações mais macrossistémicas.

Ainda no dia 27/06/2017, no final da sessão, o grupo comentou o facto de as sessões estarem quase a terminar. A D. Madalena lembrou que inicialmente se falou numa festa para marcar a finalização do projeto e que não estava ainda planeada. Sendo da concordância de todas, verificaram-se disponibilidades e recolheram-se ideias, em grande grupo: as mulheres, eu, a equipa do Programa Escolhas e três jovens que o frequentavam, que tinham chegado entretanto.

Na primeira semana de julho, como previsto, a equipa do Programa Escolhas apenas tinha disponibilidade para o dia 6, mas duas das participantes referiram não conseguir nesse dia, pelo que, para que todas pudessem estar presentes, ficou agendado o dia 12/07/2017. Concluiu-se que seria até mais benéfico, por haver mais tempo para a preparação. A D. Conceição tinha viagem marcada para a semana seguinte. Sendo período de férias escolares, os jovens estariam a frequentar o espaço, e a D. Mariana e a D. Conceição logo disseram que levariam os filhos. Uma das técnicas do Programa Escolhas propôs o alargamento da festa à comunidade (família, amigos, conhecidos e outros que quisessem participar), tendo o grupo concordado. Nas palavras da D. Carmen, “Assim, é mesmo para acabar em grande!”. Uma vez que naquela semana foi integrado na equipa do Programa Escolhas um estagiário de multimédia que estava presente, nesta sessão, sugeri o seu apoio no sentido de serem feitos convites para a festa, cujo texto seria feito a partir das ideias que foram surgindo no grupo das mulheres. O estagiário ficou responsável pelo arranjo gráfico e os jovens disponibilizam-se para a divulgação (Ap. U, registo 14).

No que diz respeito à festa, o grupo decidiu associar-lhe a culinária, repetindo as receitas do dia 14/06/2017, uma vez que ainda havia ingredientes disponíveis e os jovens também já sabiam confeccioná-las e dariam uma ajuda; os mesmos concordaram. Foi então decidido fazer *mini-palmieres* e folhados de salsinha. A D. Madalena alertou que seria necessário uma maior quantidade, já que seria para alargar o convite à comunidade, propondo a realização de uma bola de carne. Contudo, para isso, o grupo teria que ir também de manhã para o espaço para ser possível cozinhar tudo, pois a confeção da bola ocupa mais tempo e o forno é pequeno. Nesse caso, a D. Madalena ofereceu-se para fazer a bola em casa, desde que lhe fossem entregues os ingredientes. Para cozinhar o restante, as mulheres combinaram encontrar-se às 14h no espaço e programar a festa para as 15h30. Os jovens sugeriram fazer crepes no momento, pois já o tinham feito numa atividade em que participaram e correu muito bem, tendo a equipa do Programa Escolhas reforçado e mencionado que ainda tinham ingredientes. A D. Mariana sugeriu que uma festa teria que ter música, tendo a D. Rosa completado que também seria interessante ter uma aula de dança. A música seria facilmente possível, pois o espaço dispõe de sistema de som, mas a aula de dança obrigaria ao convite de um professor, tendo o grupo revelado não ter nenhum conhecimento. Lembrando-me da possibilidade de articular com uma colega que se encontrava a fazer uma substituição noutra equipa de RSI e que é professora de dança, contactou-se telefonicamente a colega que aceitou colaborar, para satisfação de todos (Ap. U, registo 14). Tendo em conta a aproximação do final da sessão, foi agendada outra sessão para a semana seguinte, dia 05/07/2017, para dar continuidade à planificação da festa e para fazer a avaliação do projeto.

No que concerne às atividades práticas de culinária, a primeira decorreu no dia 14/06/2017, estando presentes todas as participantes. Tratou-se de um *workshop* de culinária (Ap. V, registo 3), em que o grupo de mulheres ensinou duas receitas a um grupo de jovens: *mini-palmieres* e *mini-croissants* mistos, tendo-se feito também com salsinha, face à doação da associação local parceira do banco alimentar (Ap. U, registo 12). Estiveram presentes cinco jovens entre os 12 e os 15 anos, três raparigas e dois rapazes, que residiam na freguesia e pertenciam maioritariamente a famílias

mais pobres e desafiadas, funcionando o Programa Escolhas como um ATL, para onde se deslocavam sempre e quando lhes era possível. Estas ações são oferecidas à comunidade com os objetivos de promover a igualdade de oportunidades e potenciar a vivência de experiências diversificadas.

As mulheres e os jovens ocuparam a cozinha, tomando as decisões sobre os processos, sem necessitarem de qualquer orientação, manifestando responsabilidade, autonomia e capacidade de iniciativa. Enquanto cozinhavam, partilhavam experiências pessoais e conheciam-se. Esta foi uma sessão bastante divertida, em que as mulheres tiveram oportunidade de partilhar e demonstrar os seus conhecimentos. Traduziu-se em mais um momento que contribuiu para a valorização pessoal e grupal, bem como para o reconhecimento e sentimento de utilidade e competência, nomeadamente porque, no final, os jovens agradeceram muito a participação das mulheres, manifestando contentamento e satisfação na atividade. Como forma de agradecimento, os jovens sugeriram fazer uma troca de ensinamentos, passando eles a ensinar as mulheres a jogar o “*Party & Co*”, um dos seus jogos preferidos. Tendo sido aceite o desafio pelas “Mulheres Anónimas”, seguiu-se um momento descontraído, sendo que enquanto se jogava, todos lançaram o que tinham cozinhado, deliciando-se. Uma vez mais, contou-se com o apoio da associação local, que doou iogurtes para o lanche, tendo o responsável apreciado o trabalho desenvolvido naquela tarde (Ap. U, registo 12). É, ainda, de referir que esta atividade foi posteriormente divulgada nas redes sociais, na página do *facebook* do Programa Escolhas, sendo dado a conhecer o *workshop* organizado e desenvolvido pelas mulheres (Ap. V, registo 4). Nesta sessão, tornou-se evidente que o fortalecimento dos laços sociais no grupo permitiu o alcance das funções de proteção e reconhecimento a eles associados, pelo suporte adquirido no grupo e pelas interações que estimulam o desenvolvimento dos sujeitos, proporcionando a prova da sua existência e da sua valorização perante os outros (Paugam, 2008).

A segunda atividade de culinária decorreu no dia da festa final, no dia 12/07/2017, estando presentes todas as participantes, assim como a filha da D. Carmen, os filhos da D. Mariana, a filha da D. Conceição, 9 jovens que frequentavam o Programa Escolhas e a própria equipa do mesmo. Os diferentes elementos da

equipa de RSI também estiveram presentes, revezando-se para assegurar o serviço. Neste dia, cheguei um pouco mais tarde, devido à necessidade de dar resposta a uma situação no serviço, mas este atraso não teve qualquer implicação na organização, considerando que o grupo já tinha chegado e estava perfeitamente à vontade com o espaço e com as tarefas a realizar. Assim, encontravam-se já a confeccionar os doces e salgados para a festa, com a colaboração dos jovens, assumindo a responsabilidade e o compromisso, e mantendo o diálogo e a boa disposição entre todos. Dois jovens ficaram responsáveis pelos crepes, preparando ainda a massa, com o apoio do grupo de mulheres. Como combinado, a D. Madalena trouxe uma bola de carne, que fez em sua casa, com os ingredientes facultados. Oferecido pela Instituição, dispunha-se de sumo para acompanhar. O grande grupo dividiu-se ainda para a organização do espaço exterior, contando com o apoio dos filhos das mulheres, que também se envolveram na preparação da festa. Improvisaram suportes em madeira, que decoraram para servirem de balcões para a exposição dos doces e salgados e para a confeção dos crepes (Ap. U, registo 16).

Tendo sido distribuídos os convites (Ap. V, registo 5) pelos jovens, a festa iniciou-se por volta das 16h, com a presença da comunidade envolvente. Começaram a aproximar-se moradores do conjunto habitacional e da proximidade, os funcionários e clientes dos estabelecimentos de serviços (café, cabeleireiro, minimercado), bem como professores, funcionários e crianças que se encontravam a frequentar as atividades extracurriculares no centro escolar ali ao lado. No espaço exterior, juntou-se um aglomerado de cerca de cinquenta pessoas, de diferentes idades, que realizaram ou assistiram a uma aula gratuita de zumba, seguida de um lanche, deliciando-se com os menus das “Mulheres Anónimas” e os crepes feitos na hora (Ap. U, registo 16; Ap. V, registo 6).

Assistindo ao que acontecia, todos os presentes elogiavam a iniciativa. Alguns elementos da associação de desenvolvimento comunitário junto ao espaço do Programa Escolhas revelaram ter interesse em organizar eventos, atividades e novos serviços, que permitissem divulgar e expandir a associação. Consideraram ser interessante conhecer o grupo de mulheres e as suas iniciativas, deixando em aberto a possibilidade de vir a desafiá-lo (Ap. U, registo 16). Ao longo das várias sessões, o

grupo teve um contacto próximo com esta associação, nomeadamente com um dos representantes, que inclusive lhes doou alimentos, quando tinha excedentes de produtos recebidos pelo banco alimentar, independentemente de beneficiarem deste apoio pela associação.

Esta tarde constituiu-se num momento de convívio, diversão e degustação, em que o grupo de mulheres se sentiu valorizado, útil, orgulhoso e reconhecido pelo seu valor, e em que jovens e os filhos das mulheres também se envolveram ativamente. Os momentos da festa foram divulgados através de fotos e vídeos na página do *facebook* do Programa Escolhas, não tendo sido apresentados neste relatório por colocar em causa o anonimato do grupo. Neste dia, foram ainda entregues pela monitora de informática os diplomas de competências básicas em tecnologias da informação (Ap. V, registo 7), representando uma conquista para as sete mulheres.

Por fim, no que respeita à sessão de avaliação, esta decorreu em 05/07/2017. Estiveram todas as participantes presentes. Inicialmente, por não terem estado presentes, partilharam-se as sessões relativas ao emprego com a D. Celeste e a D. Fernanda (na última), garantindo-lhes a disponibilidade de se deslocar livremente ao espaço do Programa Escolhas, obtendo a mesma formação. Tal como combinado, concluiu-se a preparação da festa final, o que anteriormente já se tinha abordado com a D. Celeste e a D. Fernanda telefonicamente. Passando à avaliação do projeto, recordaram-se diferentes momentos já decorridos e procedeu-se à projeção de um *powerpoint* com o que aconteceu até agora, com recurso aos registos fotográficos, mostrando-se o grupo orgulhoso e satisfeito com a evolução e por tudo o que conseguiu. De seguida, suscitei a reflexão em grupo acerca do projeto, dos seus resultados, das atividades, das aprendizagens e conhecimentos adquiridos, da participação e motivação para o projeto, das relações criadas e de perspetivas futuras (Ap. U, registo 15). Estas reflexões serão explanadas no capítulo seguinte, incluindo a voz das participantes na avaliação do produto.

Ainda nesta sessão, fez-se um *brainstorming* para encontrar o nome do projeto (Ap. U, registo 15). Foram elencadas expressões e palavras que as pessoas associassem ao que tinha acontecido ao longo do ano e surgiram dois nomes: “O recomeço: a força e a vontade de acreditar renascer nas «Mulheres Anónimas»” e

“Seguir em frente, enfrentando os desafios da vida: um trabalho em grupo com as «Mulheres Anónimas»”. Embora a decisão tendesse para o segundo, o grupo decidiu ouvir a opinião das equipas de RSI e do Programa Escolhas, tendo-se decidido pelo nome “Seguir em frente, enfrentando os desafios da vida”.

No final, cada mulher recebeu uma flor, como forma de valorização da sua participação e envolvimento. No dia seguinte, a D. Madalena publicou no *facebook* uma fotografia da flor, com o seguinte texto “Hoje recebi esta simples flor de uma amiga anónima. Fiquei feliz porque afinal não estamos esquecidas. Quanto menos esperamos, um ato tão simples faz-nos seguir em frente” (Ap. V, registo 8).

Tendo por base os discursos produzidos e as práticas decorridas ao longo da Ação 2, é de salientar a aquisição de novos conhecimentos e a valorização de competências por cada uma das mulheres, nomeadamente nas áreas por si privilegiadas. Estas aprendizagens constituíram um fator motivador para as mulheres, estimulando as capacidades de iniciativa e adaptação, bem como a criação de expectativas mais positivas. Paralelamente, permitiram o desenvolvimento de um maior compromisso e responsabilização, especialmente no que diz respeito à procura de emprego. O facto de a Ação 2 se ter desenvolvido em grupo, em momentos de partilha, convívio e interação, contribuiu também para o fortalecimento das relações, consolidando a confiança e segurança sentidas no grupo, a interajuda e o sentimento de pertença. O envolvimento em diversas atividades do interesse das mulheres, planeadas e organizadas pelas próprias, permitiu o desenvolvimento do sentimento de utilidade, facilitando a valorização e satisfação pessoal. Para isto contribuiu ainda o reconhecimento do trabalho desenvolvido, o que espoletou a novos laços e contactos sociais. De referir ainda que, ao longo dos vários encontros, as mulheres continuavam a conviver e sair do seu espaço doméstico, apresentando também uma maior disposição e vontade para cuidar da sua imagem pessoal (categorias “Autoestima das mulheres”, “Rede de relações das mulheres” e “Competências e interesses das mulheres”, conforme Ap. R).

4. AVALIAÇÃO DE PRODUTO: AVALIAÇÃO FINAL DO PROJETO

A avaliação de produto resultou da minha própria reflexão⁴, do grupo (em sessão grupal: Ap. U, registo 15) e da equipa (em conversa intencional: Ap. H, registo 8). Para a mesma, foi realizada a análise de conteúdo dos discursos e das práticas, de acordo com as categorias e subcategorias definidas (Ap. R), dando lugar a uma avaliação participada.

A categoria “Autoestima das mulheres” permitiu avaliar a concretização do OG1 e respetivos OE. Assim, realça-se a valorização e satisfação pessoal alcançada, ao longo dos encontros grupais e do desenvolvimento das duas ações. A capacidade revelada pelas mulheres de conversar e partilhar em grupo, expondo as suas opiniões e participando nos momentos de discussão e partilha, estimulou o auto e hétero conhecimento, nomeadamente pela identificação e reconhecimento de competências e qualidades pessoais e grupais. A maior confiança e segurança pessoal e grupal produziram ainda ganhos progressivos ao nível da participação, envolvimento e motivação do grupo nas diferentes atividades. Tal como referido em Duclos (2006), a equipa considerou que a (auto)confiança e a valorização produziram efeitos positivos ao nível da autoestima das mulheres e reconhecimento de si próprias, promovendo uma maior descontração, libertação e autenticidade (Ap. H, registo 8). O grupo afirmou, nas palavras da D. Mariana, ter sido positivo ainda “(...) para a nossa própria dignidade, para não nos deixarmos humilhar e para nos defendermos” (Ap. U, registo 15), contribuindo para o seu empoderamento.

Tendo em conta que cuidar da imagem pessoal era uma das necessidades identificadas, a propósito das sessões que promoveram a sua estimulação, podem lembrar-se algumas expressões como “Saímos da *manicure* todas vaidosas. Vínhamos

⁴ Ao longo do ano, o projeto foi sendo objeto de análise por parte de docentes e colegas de mestrado, em aulas de Seminário e orientações tutoriais, o que se tornou fundamental para a minha reflexão e avaliação do projeto.

pela rua fora e até sentia que olhavam para nós, todas bonitas” (D. Carmen) e “Usei os produtos todos que vinham no saquinho” (D. Madalena). No entanto, os cuidados pessoais também se desenvolveram naturalmente, pois as mulheres saíam de casa para conviver com outras pessoas e “mostrar-se”, contribuindo igualmente para isso a maior valorização pessoal e vontade de cuidar de si (Ap. U, registo 15).

Relativamente aos conteúdos da categoria “Rede de relações das mulheres”, estes permitiram avaliar a concretização do OG2 e respetivos OE, concluindo-se que o projeto contribuiu para a ampliação das relações, o que foi reconhecido nos discursos do grupo e da equipa. A partir da identificação e aproximação grupal, foram fortalecidas relações e desenvolvido um sentimento de pertença ao grupo, que se foi tornando mais consistente, constituindo-se o grupo numa verdadeira rede de suporte e apoio, assemelhando-se a um grupo de auto-ajuda (Lieberman, 1998). Pode referir-se, como exemplo, o facto de a D. Rosa ter necessidade de mudar de casa e todo o grupo se ter mobilizado na procura de uma nova habitação, tendo a mesma visitado três e alugado uma delas. As roupas da filha da D. Conceição oferecidas à filha da D. Mariana são outro exemplo que demonstrou uma rede de apoio nas dificuldades da gestão do quotidiano.

Não podem ser esquecidos o apoio emocional e as relações de amizade criadas, que permitiram dar continuidade ao grupo, além dos espaços e tempos do projeto, bem como que possibilitaram o apoio necessário em situações difíceis, como os falecimentos de familiares que aconteceram no decurso do projeto. A este nível, o grupo considerou que “Agora não temos vergonha de falar e conviver, temos até vontade de o fazer” (D. Fernanda). A D. Fernanda mencionou que se estabeleceu “um bom ambiente” e uma “química” entre todas, mantendo um bom relacionamento, com uma evolução bastante positiva e a D. Celeste acrescentou: “Sabe, aqui não (nos) julgamos umas às outras. Compreendemos e aceitamos”. A D. Mariana enfatizou a autenticidade na relação, dizendo “Sentimos que podemos mesmo ser nós próprias”. Nos encontros grupais sempre prevaleceu a compreensão, a aceitação, o respeito e a autenticidade. A D. Conceição reforçou que o grupo autonomamente manter-se-á, assim como todo o apoio que sentem através dele. A D. Conceição referiu ainda que quando vai na rua e pensa que se pode cruzar com

uma das mulheres do grupo, ou quando vai propositadamente ao seu encontro, até fica mais animada e confiante, pois aquelas pessoas dizem-lhe muito e fazem com que se sinta melhor. As restantes concordaram, dizendo “Ai, é mesmo. Até ficamos com outro ar, mais bem-dispostas” (D. Madalena) (Ap. U, registo 15).

A divulgação do trabalho desenvolvido, no âmbito da Ação 2, permitiu que a comunidade local reconhecesse o potencial das mulheres e do grupo, abrindo oportunidades para outras mudanças. Este reconhecimento foi também enfatizado pela equipa. Os elementos da equipa de RSI consideram que a partilha, o convívio e a interação estimularam a vontade de conviver e a criação de relações, assim como contrariaram o isolamento social e a tendência para o fechamento no seio familiar, promovendo a identificação grupal (Ap. H, registo 8). Lembrando a perspetiva de Capul e Lemay (2003, p. 152), o grupo encontrou “(..) um prazer feito de cumplicidade, de pertença, de acolhimento mútuo e, finalmente, de partilha gratuita de uma alegria experimentada simultaneamente”, que lhes permitiu alcançar também um sentimento de realização pessoal.

Os conteúdos da categoria “Competências e interesses das mulheres” permitiram avaliar a concretização do OG3 e respetivos OE, sobretudo com o desenvolvimento da Ação 2. Esta, centrada em áreas de interesse do grupo (informática, culinária e emprego), possibilitou o desenvolvimento de competências pessoais, relacionais e profissionais, que resultaram na valorização e satisfação pessoal. É de salientar que o mesmo foi possível, já que as ações se desenvolveram a partir dos próprios interesses do grupo, como forma de valorização e conhecimento, em momentos de diversão e ocupação de tempos livres (encontros grupais, ações de educação não formal, *workshop*, festa), planeados e organizados pelas próprias. As mulheres refletiram ter sido muito positivo desenvolver atividades a partir dos seus interesses e em grupo, considerando que estes fatores as motivaram (Ap. U, registo 15), o que foi também valorizado pela equipa. O grupo elegeu como os melhores momentos as atividades associadas à culinária e à informática, mas realçou sobretudo a partilha em grupo, o carinho conquistado e as amizades construídas (Ap. U, registo 15).

As mulheres salientaram ainda o facto de terem aprendido umas com as outras e de terem tido a oportunidade de ensinar, nomeadamente os jovens, o que disseram

ter-lhes dado muito gosto (Ap. U, registo 15), já que acham importante investir no trabalho com os mesmos, considerando que são a geração futura e precisam de atenção e carinho (Ap. U, registo 8). O contacto com os jovens, não estando inicialmente previsto, revelou-se importante, na medida em que proporcionou às mulheres não só momentos de descontração e diversão, como também de valorização, reconhecimento e sentimento de utilidade por possibilitar momentos diferentes aos jovens e estes mostrarem entusiasmo, contentamento, interesse e satisfação. Para os jovens, foi igualmente positivo, promovendo o seu envolvimento ativo em atividades do seu interesse e a satisfação pela troca de conhecimentos.

O grupo considerou que os saberes adquiridos tiveram impacto no seu quotidiano. A D. Conceição afirmou “Saber mexer no computador foi bom para corrigir os meus erros. Nem tinha noção que escrevia tão mal” e a D. Madalena mencionou “Eu agora até percebo mais do telemóvel XPTO que o meu filho me deu, porque penso como se fosse o computador”. A D. Madalena acrescentou que consegue utilizar o computador para assistir ao futebol com o marido, através da internet, quando é transmitido em canais televisivos que não tem. A D. Carmen concluiu que, perante si próprias e os outros, “Mostrámos o que valemos e que só estava adormecido”. O grupo referiu ainda que “Uma das coisas também importante foi aprender a lidar com as críticas” (D. Fernanda), “Lidar com os conflitos” (D. Rosa) e “Lidar com o «dar a cara» para pedir ajuda” (D. Madalena). Mencionou igualmente ter concluído que “Existe sempre quem esteja pior” (D. Celeste), pelo que se torna fundamental identificar o lado positivo nas suas vidas. Concordou, assim, a partir da expressão da D. Mariana, “Levar daqui uma lição para a vida” (Ap. U, registo 15).

Em suma, como resultados do projeto, verificou-se a apropriação e a valorização de conhecimentos e recursos pessoais e interpessoais, tal como a demonstração e o reconhecimento de potencialidades e competências, que incitaram um elevado interesse, empenho e satisfação pelas atividades, uma maior valorização e confiança, um sentimento de utilidade e crença nas suas capacidades, assim como uma crescente autonomia, motivação e capacidade de iniciativa e adaptação. Com efeito, as mulheres mostraram-se capazes de planear e organizar atividades, responsabilizando-se e assumindo compromissos, tal como manifestaram maior

facilidade em desenvolver expectativas mais positivas. Destacam-se também as relações de amizade, que ultrapassaram o projeto, bem como o apoio mútuo e a rede de suporte que surgiu. Realça-se a vontade de sair e conviver, não se isolando nem se fechando no espaço doméstico. Evidencia-se ainda a integração da filha da D. Carmen em formação, sendo também de valorizar a sua participação nas atividades, tendo-se constituído como mais um recurso.

Ao longo do projeto, assistiu-se ao desenvolvimento de cada uma das mulheres do grupo. A D. Isabel integrou formação profissional, apostando em si própria e fazendo novas amizades, embora refira sentir um carinho especial pelo grupo “Mulheres Anónimas”, que integrou, inicialmente, e a apoiou na sua evolução, sendo agora uma pessoa mais confiante e segura. Apesar de ser sempre convidada para as diferentes iniciativas, a D. Isabel assumiu que deixaria de poder participar no projeto, mas foi mantendo contacto com o grupo. A D. Rosa encontrou no grupo amigas, que não tinha na freguesia, e ganhou um apoio emocional, útil, inclusive na resolução de problemas quotidianos. Mostrou maior confiança ao aceitar uma proposta de trabalho esporádico, manifestando satisfação e interesse em conseguir outras, estando mais positiva face ao futuro. A D. Conceição assumiu a responsabilidade de cuidar do ex-sogro, o que considerou gratificante e, simultaneamente, uma ajuda, pois a ex-sogra apoia-a, nomeadamente respondendo a algumas necessidades da filha da D. Conceição. Os seus filhos reconheceram o seu esforço e valorizaram as suas evoluções. A D. Celeste adquiriu novos hábitos de trabalho, embora irregulares e sem proteção social, e a relação com o filho tornou-se mais próxima. A D. Carmen manifestou maior motivação na procura de emprego, criando expectativas mais positivas a este nível. Contou que iniciou um relacionamento amoroso e envolveu a filha nos seus interesses, participando no grupo, reconhecendo-se a união e valorização recíproca. A D. Mariana apresentou-se como uma pessoa mais segura de si, fazendo valer as suas opiniões. Tendo a possibilidade de fazer substituições de férias no local de trabalho, afirmou que daria o seu melhor, ansiando a possibilidade de alargamento de horário. A D. Fernanda referiu sentir-se mais ativa, ocupando o seu tempo com mais qualidade (com novas amizades, novos conhecimentos), o que disse produzir efeitos positivos, inclusive, nas relações familiares. A D. Madalena

sempre se envolveu ativamente, impulsionando o grupo. Referiu sentir-se menos nervosa e melhor consigo própria, assumindo uma maior disposição para enfrentar a vida, reconhecendo ainda melhorias na relação com o marido.

Face ao descrito e analisado, de forma geral, o desenvolvimento do projeto permitiu a satisfação das necessidades identificadas pelas participantes, através da concretização dos objetivos definidos, por via das estratégias utilizadas e das ações desenvolvidas. Neste sentido, foi possível desenvolver a autoestima das mulheres e contrariar o isolamento social, bem como (re)qualificar a imagem de si próprias. As mulheres sentem-se agora mais úteis e valorizadas, confiantes e seguras, integradas e pertencentes a um grupo.

No entanto, admite-se que não foram alcançadas modificações estruturais na vida de cada uma das mulheres que permitissem que deixassem de beneficiar da prestação do RSI ou ultrapassem definitivamente os problemas priorizados, no sentido em que se mantêm numa situação de DLD e continua a verificar-se o desajuste entre as suas características pessoais e formativas e as exigências e evoluções do mercado de trabalho. A este nível, deve ser refletido que se exigiriam também mudanças a um nível mais macrossistémico, nomeadamente na conjuntura social, política e económica, pois não é possível encarar o problema do desemprego como sendo individual e de cada sujeito.

Quanto à reintegração profissional, considerada pelas mulheres do grupo como utópica, pode esclarecer-se que surgiram diferentes ideias que poderiam permitir uma maior aproximação ao mercado de trabalho, como a criação de um *atelier* de costura, de uma empresa multisserviços ou se um serviço de culinária. No entanto, nenhum foi possível ainda, considerando a falta de recursos económicos, bem como o reduzido tempo para a realização de um projeto que é datado pelas exigências académicas. A juntar o facto de estas mulheres, no início do projeto, se encontrarem fragilizadas, apresentarem percursos caracterizados por múltiplos desafios e vivenciarem um processo de desqualificação difícil de contrariar, induzindo a resultados demorados. Neste sentido, considera-se que os resultados alcançados são, sem dúvida, vitórias para estas mulheres, agora mais preparadas e conscientes da necessidade de mudança, com expectativas mais positivas. O próprio grupo

reconheceu “Estamos mais ativas, mais capazes!” (D. Carmen) e “Com mais vontade de seguir em frente, tentar coisas diferentes e procurar melhor” (D. Madalena) (Ap. U, registo 15).

Em agosto de 2017, um mês após a festa final do projeto, o grupo foi contactado por uma das técnicas da associação para o desenvolvimento local, que acompanhou a sua evolução pela proximidade desta associação com o Programa Escolhas, reconhecendo o seu potencial. O contacto aconteceu através da D. Madalena, uma vez que a mesma recebe apoio alimentar em géneros desta associação, havendo maior facilidade na articulação direta. O objetivo do contacto foi sugerir ao grupo o seu envolvimento na divulgação da associação numa festa a decorrer no concelho, bem como propor que as mulheres se tornassem sócias da associação. É ainda de referir que, no mês de setembro de 2017, a D. Carmen informou a equipa que iniciou atividade profissional, com proteção social, num lar de idosos, como sempre quis.

Por conseguinte, foram dados passos na direção da finalidade desejada. É certo que o projeto não permitiu suprimir totalmente o processo de desqualificação pessoal e social em que o grupo se encontra, no entanto permitiu que o mesmo desenvolvesse e reforçasse recursos e potencialidades no sentido de o enfrentar, não agindo de acordo com as representações da desqualificação social. Nesta medida, o grupo concorda “ser mais forte contra os desafios da vida”(D. Carmen), considerando ainda que “Passamos a olhar para a própria vida de forma diferente, procurando pensar mais positivo” (D. Rosa) (Ap. U, registo 15).

Nesta avaliação, cabe ainda refletir acerca dos resultados indiretos do projeto, os quais foram avaliados a partir dos conteúdos da categoria “Práticas profissionais” (Ap. R). O contacto privilegiado com outras famílias e jovens em acompanhamento pela equipa de RSI e que frequentavam o Programa Escolhas, tal como a maior articulação entre ambas as valências da instituição e o surgimento de novos participantes do Programa Escolhas permitiram a aproximação às famílias e a construção de novos olhares. Efetivamente, foi possível não só partilhar conhecimentos e experiências entre ambas as equipas, como também rentabilizar intervenções e espaços, a partir de uma maior articulação e trabalho em rede. Sendo esta considerada como uma boa prática, verificou-se um alargamento da articulação

e da intervenção a outras ações em curso, bem como a outra equipa de RSI da instituição, com atuação nas mesmas freguesias que o Programa Escolhas.

Um outro resultado a destacar diz respeito à reflexão acerca das minhas práticas profissionais e da própria equipa de RSI, o que espoletou mudanças na forma de olhar e intervir, com maior partilha entre os elementos da equipa e uma atitude mais crítica, flexível e reflexiva perante a realidade, que culminam na procura de intervenções mais concertadas e sustentadas. De facto, o desenvolvimento do projeto tornou possível a concretização de uma intervenção mais qualitativa e promotora do envolvimento e participação das pessoas beneficiárias do RSI, conduzindo à reflexão acerca das formas de intervenção desenvolvidas e equacionando a abertura a modificações nas mesmas, no sentido de as favorecer. Este projeto comprovou que, com o esforço e implicação de todos, é possível fazer diferente e proporcionar mudança. É também nesta medida que se entende existir sustentabilidade nesta forma de intervenção, nomeadamente pelas reflexões espoletadas, pela minha continuidade no contexto (membro da equipa), pelo envolvimento da equipa no projeto e nas reflexões e pela possibilidade de discutir as intervenções num conjunto de quatro equipas, que constituem o protocolo do RSI. Importa referir que alguns dos problemas das famílias que não foram priorizados neste projeto, como, por exemplo, o baixo rendimento escolar das crianças no 1º ciclo, estão agora no foco da atuação da equipa e das famílias. Dada a sua importância, a equipa decidiu avançar com o desenvolvimento de uma ação a este nível, durante o próximo ano letivo (2017/2018). Numa lógica preventiva, em articulação com as escolas e com as famílias, a equipa está a avaliar a possibilidade e a necessidade de intervir com crianças no final da educação pré-escolar. É ainda de mencionar que, face à relevância reconhecida de uma intervenção em grupo, as psicólogas das quatro equipas encontram-se a desenvolver uma nova ação: um grupo terapêutico para pessoas adultas que, podendo ou não estar a ser acompanhadas individualmente ao nível psicológico, beneficiam de uma intervenção em grupo, pelo seu potencial e mais-valias.

Embora reconhecendo que o projeto incitou melhorias ao nível do acompanhamento psicossocial, sendo este um motivo para repensar e reestruturar

intervenções, a equipa não deixa de apontar a dificuldade em cumprir procedimentos (Ap. H, registo 8). No que diz respeito aos objetivos exigidos pelo serviço da Segurança Social, em termos quantitativos, com o apoio da equipa, comprovou-se ser possível manter os resultados numa avaliação positiva. Contudo, a equipa concluiu que a parte mais burocrática do serviço (como registos e atualizações em plataformas *online*) inevitavelmente assume-se num segundo plano, sendo atrasada tanto quanto possível ou exigindo horas extras de serviço.

Há ainda a considerar que, para o desenvolvimento do projeto, tornou-se fundamental a rentabilização de recursos da própria equipa, da instituição e da comunidade envolvente. Efetivamente, o trabalho em rede e a integração dos serviços da comunidade constituíram-se como elementares, sendo que sem estes não seria possível desenvolver as ações previstas. Pode dizer-se igualmente que aqui reside alguma sustentabilidade do projeto, tendo em conta que o grupo de mulheres conhece e sente-se à vontade para recorrer aos serviços e recursos com os quais trabalhou (equipa de RSI, Programa Escolhas, associação local), mantendo-se a possibilidade do desenvolvimento de novas ações. De facto, o grupo revelou que este projeto promoveu uma aproximação à equipa (“Por estar aqui mais vezes, conheço e falo com todas. Se precisar de alguma coisa, sei que posso confiar em qualquer uma, o que é muito bom!”, D. Conceição) e o conhecimento de um novo recurso (Equipa do Programa Escolhas), ao qual podem recorrer para si, para os seus filhos, para outros familiares ou apenas conhecidos (Ap. U, registo 15). A propósito deste último, o grupo continua a deslocar-se ao espaço do Programa Escolhas, individualmente ou em grupo, para recordar, consolidar e adquirir aprendizagens e competências, nomeadamente relacionadas com a procura de trabalho e a informática. Algumas das mulheres, D. Mariana, D. Conceição e D. Carmen, frequentam também o espaço para que os filhos participem nas suas ações. Efetivamente, pode dizer-se que a equipa de RSI e a do Programa Escolhas repensaram as suas práticas profissionais, encontrando-se ainda mais atentas e disponíveis para responder às necessidades das famílias, numa lógica de cooperação e envolvimento mútuo.

REFLEXÕES FINAIS

Com o desenvolvimento do projeto “Seguir em frente, enfrentando os desafios da vida”, procurou-se o reconhecimento, a valorização e a aquisição de competências e potencialidades de um grupo de mulheres beneficiárias do RSI, em situação de DLD, partindo dos problemas e necessidades por si identificadas, assim como dos seus recursos pessoais e da comunidade. Neste sentido, privilegiando-se a metodologia da IAP, estas mulheres tornaram-se as protagonistas na ação, tendo um papel ativo e participativo ao longo de todo o processo, que se desenvolveu num trabalho de cooperação, corresponsabilização e partilha (Lima, 2003; Santos, 1987). A intervenção psicossocial desenvolvida em grupo, a par do envolvimento das pessoas e da rentabilização dos recursos da comunidade assumiram-se, assim, como fundamentais para o desenvolvimento e potenciação de fatores de proteção, que permitem enfrentar as situações de risco em que as famílias se encontram, favorecendo uma cidadania mais ativa e menos conformista (Timóteo & Bertão, 2012).

Com efeito, reconhecem-se as vantagens na intervenção psicossocial em grupo, que permite o fortalecimento emocional e dos laços sociais, bem como a valorização e o empoderamento dos sujeitos (Lieberman, 1998; Yalom, 2000). Apesar dos rótulos e da desqualificação a que as pessoas beneficiárias de RSI estão sujeitas, as mesmas possuem enormes potencialidades e merecem respeito, valorização e aceitação, para que consigam elas próprias ultrapassar os seus desafios. Por conseguinte, foi elementar a valorização das suas capacidades, a par da obtenção de novos recursos, tornando possível o “(...) o desenvolvimento da autoestima, da autoconfiança, do autoconhecimento, das relações familiares e sociais, dotando de estratégias que permitam a superação e a resolução das crises que provocam o bloqueio das competências” (Ferreira, 2011 citado por Almeida et al., 2016, p. 62). A criação e o fortalecimento de relações foram destacados pelo grupo “Mulheres Anónimas”, precisamente por se constituírem verdadeiras amigas e redes de suporte, com

potencial para apoiar em situações de crise e incitar o sentimento de pertença, de confiança e de segurança. De acordo com Costa e Brandão (2005) e Sluzki (1997) citados por Almeida, Ferreira, Souza e Serrão (2016), esta (re)ativação de redes sociais é crucial para o desenvolvimento e reconhecimento pessoal, assim como para a construção da sua identidade e autoimagem. Considerando ainda as interinfluências entre as diversas áreas e os diferentes sistemas em que estas mulheres participam, o facto de o grupo se encontrar mais capacitado produz ganhos em vários níveis da sua vida, permitindo ter mais recursos para enfrentar o processo de desqualificação pessoal e social.

Não obstante, enquanto profissional e mestranda no projeto, tornou-se necessário contrariar os vários constrangimentos, encontrando um equilíbrio entre o desenvolvimento do projeto e o acompanhamento de mais de 90 famílias com realidades complexas e desafiantes. Neste desafio, a participação, o envolvimento, o compromisso e a entrega do grupo funcionaram como um incentivo e uma motivação. Conclui-se que, efetivamente, as circunstâncias atuais obrigam a um esforço pessoal de quem pretende melhorar as suas práticas e investir em intervenções mais adequadas e ajustadas, numa lógica mais contextualizada e humanista e menos instrumental, focada na concretização de metas. Assim, aponta-se como essencial a diminuição significativa do número de famílias em acompanhamento e/ou o alargamento do número de profissionais no terreno, sem esquecer a necessidade de repensar a burocratização e a fiscalização que são associadas aos processos de acompanhamento social.

Finda esta reflexão, apraz mencionar que a integração neste grupo e a coconstrução de um projeto tornaram-se fundamentais, não só a nível académico e profissional, como também pessoal, favorecendo uma constante aprendizagem e desenvolvimento. Paralelamente, é de ressaltar a importância reconhecida do desenvolvimento de projetos de educação e intervenção social num contexto de RSI, apesar dos constrangimentos existentes. Neste sentido, a bagagem adquirida com este projeto poderá constituir-se como um motor de mudanças, para um trabalho mais rico com as famílias, numa abordagem mais qualitativa e numa lógica de utopia graduada (Freire, 2002).

REFERÊNCIAS

- Alarcão, M. (2000). *(des)Equilíbrios familiares: Uma visão sistémica*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Almeida, M., Ferreira, M., Souza, P., & Serrão, C. (2016). A educação social e as famílias multidesafiadas: Reflexões sobre um trajeto estimulado. *Praxis Educares, 3*(1), 57-64.
- Almeida, J., Machado, F., Capucha, L., & Torres A. (1995). *Introdução à Sociologia*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Ander-Egg, E. (1990). *Repensando la investigación-acción participativa*. Atenas: Editorial El Ateneo.
- Antoni, C., Hoppe, M., Medeiros, F., & Koller, S. (1999). Uma família em situação de risco: Resiliência e vulnerabilidade. *Interfaces: Revista de Psicologia, 2*(1), 81-85.
- Baena, R. (2003). *Contos para "delfins": Auto-estima e crescimento pessoal. A didáctica do ser*. Porto: Asa Editores.
- Bairrão, J. (1994). A perspectiva ecológica na avaliação de crianças com necessidades educativas especiais e suas famílias: O caso da intervenção precoce. *Inovação, 7*, 37-48.
- Bechelli, L., & Santos, M. (2005). O terapeuta na psicoterapia de grupo. *Rev Latino-am Enfermagem, 13*(2), 249-254.
- Bloch, S., & Aveline, M. (1999). Psicoterapia de grupo. In S. Bloch (Coord.). *Uma introdução às psicoterapias* (pp. 101-129). Lisboa: Climepsi.
- Bogdan, R., & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação*. Porto: Porto Editora.
- Boutinet, J. (2002). *Antropologia do projeto*. Lisboa: Artmed
- Cadima, J., Peixoto, C., & Leal, T. (2009). Factores de risco: A Multiplicidade das variáveis contextuais no desenvolvimento das crianças. *Psicologia, XXIII*(2), 175-192.
- Capucha, L. (2005). *Desafios da pobreza*. Oeiras: Celta Editora.

- Capul, M., & Lemay, M. (2003). *Da educação à intervenção Social*. Porto: Porto Editora.
- Carvalho, A., & Baptista, I. (2004). *Educação social: Fundamentos e estratégias*. Porto: Porto Editora.
- Cembranos, F., Montesinos, D., Bustelo, M. (2001). *La animación sociocultural: Una propuesta metodológica* (8ª Ed.). Madrid: Editorial Popular.
- Clavel, G. (2004). *A sociedade da exclusão: Compreendê-la para dela sair*. Porto: Porto Editora.
- Coutinho, C. (2013). *Metodologia de investigação em ciências sociais e humanas: Teoria e prática*. Coimbra: Almedina.
- Decreto-Lei nº 70/2010. *Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social*. Diário da República - 1ª Série - N.º 115 de 16 de junho de 2010, 2081-2089.
- Decreto-Lei nº 133/2012. *Ministério da Solidariedade e da Segurança Social*. Diário da República - 1ª Série - N.º 123 de 27 de junho de 2012, 3270-3304.
- Decreto-Lei nº 1/2016. *Trabalho, Solidariedade e Segurança Social*. Diário da República - 1ª Série - N.º 3 de 6 de janeiro de 2016, 16.
- Dias, F. (2004). *Relações Grupais e Desenvolvimento Humano*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Duclos, G. (2006). *A auto-estima, um passaporte para a vida*. Lisboa: Climepsi.
- Franco, V. (2007). Dimensões transdisciplinares do trabalho em equipe em intervenção precoce. *Interação em Psicologia*, 11(1), 113-121.
- Freire, P. (2002). *Pedagogia do oprimido*. Rio de Janeiro: Editora Paz e Guerra.
- Fritzen, S. (1981). *Exercícios práticos de dinâmica de grupo*. Petrópolis: Vozes.
- Gayotto, M. (2003). *Liderança II*. Petrópolis: Vozes.
- Guerra, I. (2002). *Fundamentos e processos de uma sociologia de acção: O planeamento em ciências sociais* (2ª Ed.). Cascais: Princípia.
- Guerra, M., & Lima, L. (2005). *Intervenção psicológica em grupos em contextos de saúde*. Lisboa: Climepsi.
- Instituto Nacional de Estatística, I. P. (2012). *Censos 2011: Resultados Definitivos – Portugal*. Lisboa: INE
- Instituto da Segurança Social, I. P. (2017). *Guia prático: Rendimento social de inserção*. Disponível em <http://www.seg->

social.pt/documents/10152/24709/8001_rendimento_social_insercao/75f2f024-aeac-42dc-81ad-503ab0e9c441.

- Lieberman, M. (1998). Grupos de autoajuda. In H. Kaplan & B. Sadock, *Terapia de grupo* (pp.321-334). Madrid: Panamericana, S. A..
- Leal, I. (1999). Pragmática da entrevista clínica. In I. Leal, *Entrevista clínica e psicoterapia de apoio* (pp. 93-115). Lisboa: ISPA
- Lei nº 13/2003. *Revoga o rendimento mínimo garantido previsto na Lei n.º 19-A/96, de 29 de Junho, e cria o rendimento social de inserção*. Diário da República - I Série-A - N.º 117 de 21 de maio de 2003, 3147-3152.
- Lima, R. (2003). *Desenvolvimento levantado do chão... com os pés assentes na terra: Desenvolvimento local e investigação participativa - Animação Comunitária* (Tese de Doutoramento não publicada). Universidade do Porto, Porto, Portugal.
- Mendonça, M. (2002). *Ensinar e aprender por projetos*. Porto: Edições ASA.
- Monteiro, A. (2004). *Associativismo e novos laços sociais*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Neves, T. (Coord.), Cruz, I., & Silva, M. (2010). *Acção local no combate à pobreza e exclusão social*. Porto: Livpsic.
- Payne, M. (2002). *Teoria do trabalho social moderno*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Paugam, S. (2003). *A desqualificação social. Ensaio sobre a nova pobreza*. Porto: Porto Editora.
- Paugam, S. (2008). *Le lien social*. França: Presses Universitaires de France.
- Petrus, A. (1997). *Pedagogía social*. Barcelona: Ariel Educación.
- Pessanha, M., Cadima, J., Nunes, C., Novais, I., & Alves, M. (2009). Risco sociocultural e intervenção na comunidade. In G. Portugal (Org.), *Ideias, projectos e inovação no mundo das crianças: O percurso e a presença de Joaquim Bairrão* (pp. 77-91). Aveiro: Universidade de Aveiro.
- Pinheiro, M. (2007). A primeira entrevista em psicoterapia. *IGT na Rede*, 4(7), 136-157.
- Pinto, A., Grande, C., Novais, I., Rosário, H., & Barbieri, M. (2009). Intervenção precoce: Uma abordagem dimensional do desenvolvimento humano. In G. Portugal (Org.), *Ideias, projectos e inovação no mundo das crianças: O percurso e a presença de Joaquim Bairrão* (pp. 47-62). Aveiro: Universidade de Aveiro.

- PORDATA (2016a). *Taxa de desemprego: total e por sexo (%)*. Retirado de [https://www.pordata.pt/Portugal/Taxa+de+desemprego+total+e+por+sexo+\(percentagem\)-550-3168](https://www.pordata.pt/Portugal/Taxa+de+desemprego+total+e+por+sexo+(percentagem)-550-3168) em 2 de outubro de 2017.
- PORDATA (2016b). *População desempregada: total e por tipo de desemprego*. Retirado de <https://www.pordata.pt/Portugal/Popula%C3%A7%C3%A3o+desempregada+total+e+por+tipo+de+desemprego+-358> em 2 de outubro de 2017.
- PORDATA (2016c). *População desempregada há 1 ano ou mais: total e por grupo etário*. Retirado de <https://www.pordata.pt/Portugal/Popula%C3%A7%C3%A3o+desempregada+h%C3%A1+1+ano+ou+mais+total+e+por+grupo+et%C3%A1rio-3246> em 2 de outubro de 2017.
- PORDATA (2016d). *População desempregada: total e há 25 meses ou mais*. Retirado de <https://www.pordata.pt/Portugal/Popula%C3%A7%C3%A3o+desempregada+total+e+h%C3%A1+25+meses+ou+mais-2809> em 2 de outubro de 2017.
- PORDATA (2016e). *População desempregada: total e por nível de escolaridade completo*. Retirado de <https://www.pordata.pt/Portugal/Popula%C3%A7%C3%A3o+desempregada+total+e+por+n%C3%ADvel+de+escolaridade+completo+-53> em 2 de outubro de 2017.
- Portaria nº 5/2017. *Trabalho, Solidariedade e Segurança Social*. Diário da República - 1ª Série - N.º 2 de 3 de janeiro de 2017.
- Portaria nº 253/2017. *Trabalho, Solidariedade e Segurança Social*. Diário da República - 1ª Série - N.º 152 de 8 de agosto de 2017.
- Quiles, M., & Espada, J. (2007). *Educar para a auto-estima*. Lisboa: K editora.
- Quivy, R., & Campenhoudt, L. (1998). *Manual de investigação em ciências sociais*. Lisboa: Gradiva.
- Ramos, M. (2003). *Acção social na área do emprego e formação profissional*. Lisboa: Universidade Aberta.

- Ribeiro, M., & Coimbra, J. (2004). *O desemprego na meia idade* (pp. 213-230). Disponível em <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/62431?locale=pt>.
- Rodrigues, E. (2006). *Escassos caminhos: Os processos de imobilização social dos beneficiários do rendimento social de inserção* (Dissertação de doutoramento não publicada). Universidade do Porto, Porto, Portugal.
- Rogers, C. (1970). *Grupos de encontro*. Lisboa: Moraes Editores.
- Rogers, C. (1985). *Tornar-se pessoa* (7ª Ed.). Lisboa: Moraes Editores.
- Santos, B. (1987). *Um discurso sobre as ciências*. Porto: Edições Afrontamento.
- Santos, C. (2004). Abordagem Centrada na Pessoa: Relação Terapêutica e Processo de Mudança. *Psilogos*, 1 (2), 18-23.
- Schultheisz, T., & Aprile, M. (2013). Autoestima, conceitos correlatos e avaliação. *Revista Equilíbrio Corporal e Saúde*, 5(1), 36-48.
- Serrano, G. (2008). *Elaboração de projetos sociais: Casos práticos*. Porto: Porto Editora.
- Simões, J., Fonseca, M., & Belo, A. (2006). Relação de ajuda: Horizontes de existência. *Revista Referência*, 2(3), 45-54.
- Sousa, L. (2005). *Famílias multiproblemáticas*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Sousa, L., Hespanha, P., Rodrigues, S., & Grilo, P. (2007). *Famílias pobres: Desafios à intervenção social*. Lisboa: Climepsi.
- Stufflebeam, D., & Shinkfield, A. (1995). *Evaluación sistemática: Guía teórica y práctica*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.
- Timóteo, I. (2010). *Educação social e relação de ajuda. Representações dos educadores sociais sobre as suas práticas* (Tese de Mestrado não publicada). Universidade de Évora, Évora, Portugal.
- Timóteo, I., & Bertão, A. (2012). Educação social transformadora e transformativa: Clarificação de sentidos. *Sensos*, 2(1), 11-26.
- Yalom, I. (2000). *Psicoterapia existencial y terapia de grupo*. Barcelona: Paidós.
- Yalom, I., & Leszcz, M. (2005). *Psicoterapia de grupo: Teoria e prática* (5ª Ed.). Porto Alegre: Artmed.
- Zimmerman, D. (2000). *Fundamentos básicos das grupoterapias* (2ª Ed.). Porto Alegre: Artmed.

NM

Ana Rita Teixeira Santos

**Projeto "Seguir em frente,
enfrentando os desafios da vida"**

**Uma intervenção psicossocial com um grupo de
mulheres beneficiárias do RSI**

Vol. II

MESTRADO EM EDUCAÇÃO E INTERVENÇÃO
SOCIAL, ESPECIALIZAÇÃO EM AÇÃO PSICOSSOCIAL
EM CONTEXTOS DE RISCO

Vol. II

Orientação

ÍNDICE VOLUME II

Apêndices	91
A. Consentimento informado para participação em projeto de mestrado – grupo de mulheres	91
B. Consentimento informado no âmbito do projeto de mestrado – equipa	92
C. Consentimento informado no âmbito do projeto de mestrado – instituição	93
D. Reflexão acerca de imperativos legais do RSI	94
E. Análise das formas de intervenção da equipa de RSI	99
F. Análise do espaço físico onde se desenvolve o acompanhamento às famílias beneficiárias de RSI	107
G. Registos de sessões com o grupo “Mulheres Anónimas” anteriores ao desenvolvimento das ações do projeto	110
H. Registos das conversas intencionais com a equipa de RSI e com a equipa do Programa Escolhas	149
I. Estudo da realidade das famílias em acompanhamento pela equipa de RSI	162
J. Registos de sessões com o grupo anteriores à proposta de co-construção e início do projeto	173
K. Caracterizações individuais das “Mulheres Anónimas”	181
L. Quadro síntese da caracterização grupal das “Mulheres Anónimas”	217
M. Análise dos vários problemas identificados, antes da sua priorização	220
N. Quadro síntese da avaliação de contexto	226
O. Quadro síntese dos objetivos	229
P. Quadro síntese das ações	230
Q. Calendarização das ações	231
R. Categorias e subcategorias de análise: avaliação do projeto	232

S. Planificação da ação 1: “O Cantinho das Anónimas”	234
T. Planificação das sessões de informática, associadas à culinária	238
U. Registos do desenvolvimento das ações do projeto	239
V. Registos fotográficos do projeto	300
Anexos	308
A. Competências atribuídas aos técnicos	308
B. Competências atribuídas às AAD	309

APÊNDICES

A. CONSENTIMENTO INFORMADO PARA PARTICIPAÇÃO EM PROJETO DE Mestrado – GRUPO DE MULHERES¹

No âmbito do curso de Mestrado em Educação e Intervenção Social da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico do Porto, na especialização em Ação Psicossocial em Contextos de Risco, os mestrandos têm de desenvolver um projeto participado com os sujeitos e que envolva as diferentes redes sociais. Este trata-se de um projeto de investigação e de intervenção social, que se baseia nos pressupostos da metodologia de investigação ação participativa.

Neste sentido, a mestranda Ana Rita Santos desenvolverá o projeto no âmbito da sua prática profissional, no acompanhamento a famílias beneficiárias do Rendimento Social de Inserção. O conhecimento coconstruído com o desenvolvimento do projeto acarretará a construção de um relatório escrito, o qual será objeto de avaliação e estará posteriormente disponível *online*. A este nível, garante-se que a informação é absolutamente confidencial e sigilosa, mantendo-se o anonimato, nunca sendo divulgados os dados pessoais dos participantes.

É de mencionar que a participação é voluntária e não haverá lugar a qualquer penalização para quem não o queira aceitar.

Agradece-se, desde já, a sua participação e, caso concorde em participar no projeto, solicita-se que assine este consentimento.

¹ Este consentimento foi assinado por todas as mulheres que constituem o grupo, não sendo aqui divulgadas as suas assinaturas, de modo a manter o anonimato.

B. CONSENTIMENTO INFORMADO NO ÂMBITO DO PROJETO DE MESTRADO – EQUIPA²

No âmbito do curso de Mestrado em Educação e Intervenção Social da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico do Porto, na especialização em Ação Psicossocial em Contextos de Risco, os mestrandos têm de desenvolver um projeto participado com os sujeitos e que envolva as diferentes redes sociais. Este trata-se de um projeto de investigação e de intervenção social, que se baseia nos pressupostos da metodologia de investigação ação participativa.

Neste sentido, a mestranda Ana Rita Santos desenvolverá o projeto no âmbito da sua prática profissional, no acompanhamento a famílias beneficiárias do Rendimento Social de Inserção. O conhecimento coconstruído com o desenvolvimento do projeto acarretará a construção de um relatório escrito, o qual será objeto de avaliação e estará posteriormente disponível *online*. A este nível, garante-se que a informação é absolutamente confidencial e sigilosa, mantendo-se o anonimato, nunca sendo divulgados os dados pessoais dos elementos da equipa de RSI, tendo estes aceite envolver-se e participar no desenvolvimento do projeto, em todas as suas fases.

Agradece-se, desde já, a sua colaboração, solicitando-se a assinatura deste consentimento.

² Este consentimento foi assinado por todos os elementos da equipa de RSI, não sendo aqui divulgadas as suas assinaturas, de modo a manter o anonimato.

C. CONSENTIMENTO INFORMADO NO ÂMBITO DO PROJETO DE MESTRADO – INSTITUIÇÃO³

No âmbito do curso de Mestrado em Educação e Intervenção Social da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico do Porto, na especialização em Ação Psicossocial em Contextos de Risco, os mestrandos têm de desenvolver um projeto participado com os sujeitos e que envolva as diferentes redes sociais. Este trata-se de um projeto de investigação e de intervenção social, que se baseia nos pressupostos da metodologia de investigação ação participativa.

Neste sentido, a mestranda Ana Rita Santos desenvolverá o projeto no âmbito da sua prática profissional, no acompanhamento a famílias beneficiárias do Rendimento Social de Inserção. O conhecimento coconstruído com o desenvolvimento do projeto acarretará a construção de um relatório escrito, o qual será objeto de avaliação e estará posteriormente disponível *online*. A este nível, garante-se que a informação é absolutamente confidencial e sigilosa, mantendo-se o anonimato, nunca sendo divulgado o nome da Instituição, bem como os dados relativos aos demais envolvidos e participantes.

No que respeita à articulação e colaboração entre diferentes serviços da Instituição, nomeadamente a equipa de RSI e a equipa do Programa Escolhas, salvaguarda-se que o projeto não colocará em causa os objetivos de ambos, procurando sim rentabilizar recursos e potenciar a intervenção.

Agradece-se, desde já, a autorização e a colaboração, solicitando-se a assinatura desde consentimento.

³ Este consentimento foi assinado pela Instituição, não sendo aqui apresentada a assinatura, de modo a manter o anonimato.

D. REFLEXÃO ACERCA DE IMPERATIVOS LEGAIS DO RSI

Verifica-se que a medida do RSI tem sofrido várias alterações, sendo que, nos últimos anos, o Decreto-Lei nº 70/2010 foi o que provocou mais mudanças para as famílias. Isto porque causou reduções significativas nos valores, determinou reestruturações familiares e acabou com os apoios complementares. O Decreto-Lei nº 1/2016 introduziu novas alterações, nomeadamente nos valores atribuídos mensalmente, produzindo aumentos significativos, particularmente em famílias mais numerosas. Mais recentemente, a Portaria nº 5/2017 atualizou o valor de referência do RSI (de 180,99€ para 183,84€), gerando novos aumentos nas prestações, ainda que pouco significativos. No que se refere às obrigações definidas na legislação e exigidas às pessoas que recebem o RSI, estas vão se mantendo nos últimos anos e com implicações que condicionam a vida das pessoas e a intervenção que é desenvolvida com as mesmas.

Uma das obrigações diz respeito à celebração, assinatura e cumprimento do contrato de inserção (CI), que deverá decorrer da negociação entre o técnico e a família. Efetivamente, em atendimento com o agregado familiar, o técnico de RSI negocia o CI, procurando perceber o que se assume como mais importante e necessário para as pessoas, no sentido de resolverem os seus problemas e, progressivamente, se autonomizarem da prestação do RSI. No entanto, suportadas em obrigações determinadas na legislação, há ações que são obrigatórias constar do CI, o que limita a sua negociação, sendo à partida previstas e incluídas, apesar do parecer ou da vontade dos técnicos ou das pessoas. Concretamente, para uma pessoa desempregada que não tenha incapacidade para o trabalho deve ser incluída a ação Cumprimento com o Plano Pessoal de Emprego. Uma pessoa desempregada que tenha incapacidade para o trabalho comprovada com baixa médica tem no seu CI a ação Acompanhamento Intensivo em Situação de Doença. Quando se trata de uma família monoparental com filhos menores, caso ainda não se encontrem definidas, a ação é Regularização das Responsabilidades Parentais. Assim, considera-se que o CI não é totalmente negociado, considerando as exigências legisladas.

Quanto ao acompanhamento do CI, este é feito através de diferentes formas de intervenção (como atendimentos, visitas domiciliárias, ações coletivas, projetos, ou articulações com outros serviços e entidades), visando o apoio à família no reforço e aquisição de competências e recursos para a concretização das ações integradas no mesmo, bem como a sua adaptação e superação dos constantes desafios que vivenciam no seu quotidiano. As ações associadas ao emprego, à saúde ou à habitação são da responsabilidade dos respetivos parceiros (IEFP, ACES, Autarquia), envolvidos na discussão e homologação dos CI, em reunião de Núcleo Local de Inserção (NLI). Ao técnico de RSI cabe a articulação e mediação entre estes parceiros e as pessoas.

Quanto ao cumprimento do CI, existem questões macrossistémicas que limitam a concretização das medidas e das ações, nomeadamente associadas ao emprego e à habitação social, pela escassez de respostas. Assim, na avaliação do CI, que decorre findo um ano (seu período de duração) com a necessidade de renovação, novamente em atendimento com a família, conclui-se que as ações referentes, por exemplo, ao emprego não são cumpridas, o que não depende unicamente das pessoas, ou do trabalho dos técnicos, mas também se relaciona com a conjuntura económica e política do país. Relativamente à saúde, verificam-se também dificuldades no acesso a consultas de especialidade e escassas verbas para as ajudas técnicas que as famílias necessitam, para óculos e próteses dentárias, por exemplo. Verifica-se que, na avaliação do CI, há ações que permanecem ano após ano, integrando sempre o CI, pois continuam a assumir-se como necessidades para as famílias, que ainda não foram concretizadas. Às equipas de RSI, uma vez mais, cabe a sensibilização, a consciencialização e o acompanhamento, no sentido do fortalecimento e aquisição de recursos para que as próprias pessoas continuem a ter vontade e motivação para a procura de soluções para as suas vidas, contrariando os obstáculos existentes. No entanto, este processo não é fácil, o que, aliado às questões macrossistémicas, conduz à permanência das famílias como beneficiárias de RSI.

Ainda no que respeita ao cumprimento com as suas obrigações para aceder e/ou continuar a beneficiar da medida, as pessoas têm que apresentar o requerimento de outros apoios a que tenham direito, como é o caso da pensão de alimentos, nas

famílias monoparentais com filhos menores. A ausência do requerimento deste apoio conduz ao arquivamento ou suspensão da prestação, no entanto continua a ser uma resistência por parte de algumas destas famílias, sobretudo representadas pelo género feminino na figura parental. Algumas destas mulheres justificam ter tido relações conflituosas com os pais dos filhos, algumas delas marcadas por situações de violência doméstica, pelo que não têm nem querem voltar a ter contacto com esses homens. Contudo, sendo esta uma obrigação prevista na legislação, é também uma ação obrigatória a integrar o CI, pelo que estas famílias se sentem obrigadas a requerer o apoio, mesmo contra a sua vontade, para não perderem, muitas vezes, o único rendimento que apresentam. Quando regularizadas as responsabilidades parentais, existe outra discórdia referente à consideração para efeito de cálculo da prestação do valor definido como pensão de alimentos para os filhos, sendo este deduzido da mesma. Uma vez que o valor atribuído a uma criança é de 91,92€, quando o valor da pensão de alimentos é superior, a redução é ainda maior do que o valor de referência do menor. No fundo, o rendimento final da família, irá manter-se o mesmo, somando ambos (RSI e pensão de alimentos), o que algumas mulheres contestam, dado que aquele seria um valor para garantir os cuidados necessários aos filhos. Coloca-se ainda outra questão: quando o valor é pago pelo fundo de garantia de alimentos devidos a menores, a família recebe-o corretamente; contudo, quando é pago pelos pais dos menores, apesar de ser deduzido do RSI, nem sempre é pago corretamente pelos mesmos, gerando um agravamento da situação económica da família. O incumprimento por parte dos pais, de modo a ser considerado pela Segurança Social, deve ser comunicado ao Tribunal, gerando reabertura do processo.

Outra obrigação refere-se à necessidade de inscrição ativa no IEFP e cumprimento com o estabelecido nesse serviço. Associada a esta obrigação, existe também uma ação obrigatória a integrar o CI: cumprimento com o plano pessoal de emprego (PPE), definido pelo IEFP. Todavia, não raras vezes, aquilo que é definido pelo IEFP, não está de acordo com o que as pessoas querem ou têm necessidade. Como forma de exemplo, surgem os encaminhamentos para cursos de formação profissional, para os quais os adultos, sobretudo mais velhos, apresentam resistência. A sua recusa, implica a perda de inscrição no IEFP e, conseqüentemente, a perda do RSI. Nos casos

em que o IEFP penaliza por algum período de tempo, entre 90 dias a 12 meses, a pessoa ficará impedida de receber e requerer o RSI durante esse período. As pessoas sentem-se, assim, obrigadas a aceitar um plano de vida que não é o que decidiram e que, não raras vezes, as faz sentir ainda mais desmotivadas e contrariadas pela situação em que se encontram.

Ainda no que se refere às obrigações com o IEFP, a legislação determina que todos os elementos do agregado familiar com mais de 18 anos deverão estar inscritos. No entanto, nestas famílias existem situações de jovens que completaram os 18 anos e continuam a estudar, sendo que, nestes casos, o IEFP recusa efetuar a sua inscrição. Cruzando dados e verificando a ausência de inscrição, a Segurança Social penaliza esse elemento, retirando-o do agregado familiar em termos de cálculo da prestação de RSI. Algumas situações são reversíveis, com a apresentação do comprovativo de matrícula, mas o tempo que a Segurança Social leva para atualizar prestações e retificar erros acarreta consequências na vida das pessoas, pois o seu tão parco rendimento é ainda mais reduzido.

Quando algum elemento do agregado familiar, com mais de 18 anos, apresenta problemas de saúde que o incapacitam para o trabalho, o único meio que lhe permite justificar a ausência de inscrição para emprego no IEFP é a apresentação de baixa médica (CIT – Certificado de Incapacidade para o trabalho). Esta não é remunerada, pois a pessoa não se encontra a fazer contribuições para a Segurança Social, mas o documento emitido pelo médico de família justifica a incapacidade. A este respeito, emergem também algumas contradições. Quando se trata de uma doença prolongada e, portanto, uma incapacidade também ela prolongada, alguns médicos de família fazem resistência em continuar mensalmente a emitir CIT, alegando que na verdade a pessoa está desempregada e que não se justificaria. Alguns médicos encaminham as pessoas para a pensão por invalidez, sendo estas avaliadas pelo serviço de verificação da Segurança Social que, com base em critérios rígidos e exigentes, tem considerado grande parte destas pessoas como aptas para trabalho. Neste sentido, verificam-se situações em que os médicos de família recusam emitir CIT e a pessoa inscreve-se no IEFP, omitindo problemas de saúde e ansiando não ser chamada para trabalho, porque se recusar tem penalização e perde

o RSI, não podendo voltar a requerer no período de um ano. Assistem-se também a outras situações em que os médicos de família, mais sensibilizados para as situações anteriores, emitem CIT mensalmente, de uma forma prolongada, embora essa pessoa não tenha direito a uma pensão por invalidez.

Uma outra questão a refletir relaciona-se com a penalização atribuída a quem se despede por iniciativa própria: um ano de inibição à medida do RSI. Neste âmbito, deve considerar-se que algumas pessoas arriscam em trabalhos, cujos anúncios encontram no jornal ou na internet e que, por vezes, são enganosos. Nestes casos, já aconteceram situações em que as pessoas integram empresas, em que não são pagas e são exploradas ou maltratadas, decidindo vir embora. Paralelamente, também existem empresas que, para justificar o despedimento, comunicam à Segurança Social que o mesmo ocorreu por iniciativa do trabalhador, o que este, por vezes, não consegue desmentir. Em ambos os casos, verifica-se que as pessoas ficam desprotegidas, sem direito a qualquer apoio. Quando se trata de famílias com mais do que um elemento adulto, outra pessoa adulta poderá apresentar um requerimento de RSI, sem ser considerado para cálculo o elemento penalizado; todavia, nas famílias constituídas apenas por um elemento, a situação é mais grave.

Por fim, algumas famílias com filhos adultos que iniciam atividade profissional indicam outro constrangimento no que se refere ao cálculo da prestação, discordando do facto de o salário dos filhos ser considerado para efeito de cálculo da prestação e não ser possível considerar apenas o valor da ajuda proporcionada pelos filhos. Certo é que, ao considerar um valor de ajuda, o mesmo dependeria do valor declarado pela família, sem meio de confirmação. No entanto, considerar o salário dos filhos como rendimento da família, coloca os pais numa situação constrangedora e desconfortante, em que se sentem a ser “sustentados e controlados pelos próprios filhos”. Em algumas famílias, esta situação torna-se mais grave, nomeadamente quando os filhos consideram que o dinheiro é fruto do seu trabalho e é seu por direito, não tendo que entregá-lo para a subsistência de toda a família.

E. ANÁLISE DAS FORMAS DE INTERVENÇÃO DA EQUIPA DE RSI

Reuniões

Como está previsto no Regulamento Interno do Protocolo de RSI da Instituição (2011), a equipa participa em diferentes reuniões, no sentido da discussão e reflexão de situações em acompanhamento e possíveis formas/alternativas de intervenção. Assim, reúne entre si, semanalmente; com as restantes três equipas do protocolo, semanalmente; com as coordenadoras do NLI e da IPSS semanalmente ou sempre que é necessário alguma orientação; em plenário de NLI, mensalmente, para discussão e aprovação dos CI; com outros serviços/entidades, sempre que necessário. Estas reuniões permitem manter um trabalho de cooperação, apoiando na resolução e reflexão acerca dos constantes desafios que surgem no decurso da intervenção. Constata-se que as reuniões entre si e entre as restantes equipas de protocolo, por vezes, não se realizam, por imposição de situações urgentes e prioritárias. No entanto, a(s) equipa(s) vão trocando informações por *e-mail* ou presencialmente. É de referir que, contrariamente ao que é descrito no Guia Prático do RSI, as pessoas beneficiárias da medida não estão presentes na reunião de NLI, porque a sua presença não é solicitada pelo mesmo. Assim, apesar dos contratos de inserção serem negociados e assinados com as pessoas, estas não assistem à sua discussão e aprovação, perante os diferentes representantes.

Atendimentos no serviço

Nos atendimentos no serviço, o técnico gestor da família elabora e atualiza o relatório social e as informações constantes no processo, assim como define e acompanha as ações de intervenção, em conjunto com a família. De acordo com a orientação da coordenadora do NLI, os atendimentos são previamente agendados, com regularidade de dois em dois meses, no sentido da atualização do processo familiar. A equipa é flexível nesta marcação.

Segundo o que refere Leal (1999) acerca dos encontros em psicoterapia, considera-se que também os atendimentos sociais devem demorar o tempo que seja importante e significativo para a pessoa. No entanto, por norma, os atendimentos são agendados de meia em meia hora, salvo exceções. Pensa-se que o período de meia hora é reduzido, no entanto necessário para cumprir o número de atendimentos de dois em dois meses, conforme orientação superior. Conhecendo as famílias e as suas necessidades e especificidades, é possível prever que um atendimento com uma família possa demorar meia hora, mas com outra possa demorar uma hora, pelo que, sendo previsto, se tenta organizar a agenda, de modo a permitir a existência de atendimentos mais longos. Não sendo previsto e para dar resposta à necessidade imediata de prolongar algum atendimento, tendo em conta que a equipa conta com três técnicas que conhecem as famílias, uma das outras técnicas assegura outros atendimentos ou diligências. Paralelamente, também há abertura aos atendimentos serem agendados a pedido das pessoas, se estas necessitarem de apoio ou algum esclarecimento para resolver alguma situação, sendo que, dependendo da necessidade das famílias, algumas comparecem no serviço e recebem visitas domiciliárias mais regularmente (mensalmente, quinzenalmente ou mesmo semanalmente).

Torna-se importante referir que, nos atendimentos, é abordada a situação social e familiar, económica e habitacional, o percurso profissional e educativo, a possível retaguarda familiar e o recurso a outros apoios da comunidade. Neste sentido, os atendimentos são importantes para o conhecimento da família, da organização do seu quotidiano, das suas dificuldades, potencialidades e expectativas, bem como

para perceber o conhecimento e a relação que a família tem com as instituições da comunidade. Nos atendimentos, a família tem a liberdade de trazer assuntos ou preocupações, a serem falados no espaço de atendimento, procurando-se demonstrar interesse e que as pessoas se sintam acolhidas e não interrogadas.

É ainda de mencionar que, tal como definido na legislação, a falta de presença a um atendimento é considerada como um incumprimento, podendo conduzir à cessação da prestação. Contudo, a equipa não encaminha de imediato a prestação para cessação, procurando antes compreender o motivo da falta e encontrar um ajustamento possível. Este procedimento é considerado pela equipa como mais plausível, pois podem acontecer imprevistos ou contratempos às famílias, sendo que, maioritariamente, estas acabam por contactar e solicitar nova marcação.

Visitas domiciliárias

As visitas domiciliárias assumem um papel decisivo no acompanhamento das famílias, na medida em que permitem avaliar e intervir no contexto de vida das mesmas, de modo mais completo e integrado. Especificamente, estas possibilitam conhecer mais aprofundadamente as condições habitacionais, as rotinas e hábitos, bem como as dinâmicas dos agregados familiares. As visitas domiciliárias constituem igualmente um recurso importante no acompanhamento das famílias que se encontram geograficamente mais isoladas e/ou com dificuldades de mobilidade. Nesta lógica, as favorecem a comunicação e o contacto de proximidade, permitindo conhecer melhor todos os elementos do agregado familiar e compreender as características do seu contexto. Por orientação da coordenadora do NLI, as mesmas não são previamente marcadas pelos técnicos, salvaguardando situações em que se considere importante uma abordagem com marcação prévia. Considera-se que, para algumas famílias, a realização da visita domiciliária sem marcação possa ser entendida como uma ação invasiva e de fiscalização, prejudicando a relação com a equipa. Esta procura contornar este obstáculo não forçando a entrada e

questionando se é oportuno realizar a visita naquele momento, aceitando a resposta da família.

Para a realização das visitas domiciliárias, a equipa conta com uma carrinha da instituição, que é partilhada pelas quatro equipas do protocolo, ao longo de cada semana. Assim, cada equipa pode utilizar a carrinha entre dois e três tempos (manhã ou tarde) por semana. Sempre que surgem situações imprevistas ou urgentes, cada equipa pede colaboração às restantes.

Articulação com outras entidades e parcerias

A articulação com outras entidades e parcerias (formais ou informais) torna-se fundamental para uma intervenção em comunidade, com os diferentes contextos em que as famílias participam. Considera-se importante perceber a necessidade de encaminhamento para outros serviços, sendo que, acima de tudo, é fundamental assegurar necessidades básicas e prementes, para que a família esteja disponível para outro tipo de intervenção mais profunda ou exigente. Esta forma de intervenção permite também minimizar as situações de multiassistência junto das famílias. Assim, a equipa procura contactar e reunir frequentemente com os outros serviços/entidades, de forma a rentabilizar e otimizar a intervenção e serem definidas ações concertadas e ajustadas, entre os diferentes técnicos e a família.

As entidades com que a equipa articula e estabelece parceria são: Câmara Municipal, Junta de freguesia, Centros de Saúde, Hospitais, IPSS, IEFP – Centros de Emprego, Instituto Português da Juventude, Misericórdias, Associações Recreativas, Associações Desenvolvimento Local, Empresas, Clubes Desportivos, Escolas e Centros de Formação Profissional, Agrupamentos de Centros de Saúde, Comissão de Proteção de Crianças e Jovens, Equipas Multidisciplinares de Assessoria aos Tribunais (EMAT), Centro de Respostas Integradas (CRI), Entidades de Segurança Pública e Conferência Vicentina.

Efetivamente, “[a] multidimensionalidade dos problemas sociais exige uma intervenção que integre todos os actores colectivos com competências específicas (...)” (Sousa et al., 2007), seja do setor público ou privado, ou sejam respostas formais ou informais.

É de referir que, embora esteja previsto, no Manual de Protocolos do RSI do ISS de 2011, a existência de um gestor de caso no contexto de articulações e parcerias, a realidade é que cada serviço, de acordo com as suas orientações específicas, tem um gestor de caso associado. O objetivo torna-se então a articulação constante entre todos, como a equipa concretiza.

Acompanhamento a outros serviços

Sempre que necessário, a pedido ou com concordância das famílias, a equipa acompanha a outros serviços, para apoiar na resolução de alguma situação ou assegurar retaguarda. Este acompanhamento pode acontecer a serviços de água e luz, a consultas médicas, a associações locais, a escolas, entre outros serviços/entidades.

É de referir que este tipo de acompanhamento surge no sentido de apoiar as pessoas que declarem ou manifestem maior dificuldade. Procura-se que esta experiência tenha um carácter pedagógico, recordando ou ensinando saberes, essenciais para a resolução de situações quotidianas. O objetivo é, assim, que nas vezes seguintes as pessoas tenham capacidade, e sobretudo que a reconheçam, para resolver as situações autonomamente.

Ações e programas

Relativamente a ações e programas em grupo, estes são definidos com vista a dar resposta às necessidades e vulnerabilidades identificadas, assim como reforçar as potencialidades e recursos das famílias, conforme é indicado no Regulamento Interno do Protocolo de RSI da Instituição (2011).

A equipa desenvolve as ações no seu espaço/serviço (na sala de atendimentos) e em espaços cedidos por associações locais, da freguesia de residência das famílias.

É de referir que as ações são definidas de acordo com os problemas, necessidades e potencialidades que a equipa apreende dos relatos das pessoas. No entanto, estas não participam na sua elaboração e planificação, sendo posteriormente convidadas (não obrigadas) a participar. Denota-se que ações que se consideram ter maior impacto foram aquelas que contaram com um maior envolvimento das pessoas, as que se desenvolveram com diferentes elementos do agregado familiar e as que promoveram as dinâmicas familiares, especificamente, na habitação das famílias. Este tipo de ações possibilita um mais aprofundado conhecimento da realidade das famílias, bem como as aproxima da equipa, favorecendo a confiança.

A equipa, em conjunto com as restantes três equipas do protocolo, tem desenvolvido várias ações, programas e projetos, em diferentes áreas. Os programas apresentados são os que têm sido desenvolvidos mais recentemente (desde meados de 2016), surgindo como um complemento à intervenção individualizada, por forma a colmatar as vulnerabilidades identificadas.

As equipas desenvolveram um programa destinado a um grupo de mulheres, que tinha teve como objetivos principais a partilha de experiências e estratégias, bem como o combate ao isolamento social. Assim, pretendeu-se fomentar a estimulação de competências pessoais e sociais, no sentido da promoção da autoestima e da capacidade de comunicação e interação grupal das participantes. No decorrer do programa, desenvolvido através de sessões em grupo, previu-se que as ações a desenvolver fossem definidas com o envolvimento ativo de todo o grupo, fomentando a sua participação e uma intervenção verdadeiramente ajustada às suas necessidades.

Foi desenvolvido também um programa dirigido a mulheres, com enfoque na temática das relações íntimas (violentas). Esta intervenção tinha como perspectiva a promoção de um autoconceito positivo e da assertividade, a criação de um espaço de partilha e consequente minimização do isolamento social, fomentando ainda o desenvolvimento de relações íntimas saudáveis junto das participantes.

Foram também desenvolvidos *ateliers* de atividades práticas, que possibilitaram o desenvolvimento de competências pessoais e sociais em grupos de mulheres. Paralelamente, os mesmos contribuíram para a partilha de conhecimentos entre as participantes, bem como fomentaram o relacionamento interpessoal. Permitiram, também, a aquisição de novas capacidades ao nível dos trabalhos manuais e do desenvolvimento da criatividade.

No que se refere à problemática do *bullying*, foi desenvolvido um programa dirigido a filhos e pais. Este permitiu fomentar competências pessoais e sociais nos jovens e respetivos encarregados de educação, apoiando-os na definição de estratégias sobre como lidar com os constrangimentos associados a esta problemática. Facilitou também a potenciação e reconhecimento de competências parentais junto dos educadores, promovendo melhorias ao nível das interações familiares.

Face à violência no namoro e à sua gradual visibilidade na população juvenil, foi desenvolvida uma sessão de informação/sensibilização neste domínio. Esta ação foi dirigida a jovens e teve como objetivos promover a aquisição de conhecimentos acerca do fenómeno; capacitar para o reconhecimento de situações íntimas abusivas; identificar e produzir mudanças nas crenças socioculturais que sustentam esse tipo de violência; desenvolver competências para gerir uma situação de violência; e informar acerca de recursos existentes na comunidade.

Foram também desenvolvidas sessões de informação e sensibilização, com adolescentes, acerca da educação para a sexualidade, que permitiram dar resposta à necessidade de prevenção de comportamentos de risco em crianças e jovens, sobretudo em idades precoces. Neste sentido, possibilitou não só permitir reconhecer situações de risco, como também promover a adoção de estilos de vida mais saudáveis.

Ao longo do ano, as equipas desenvolvem diversas atividades lúdicas, de forma a promover momentos de lazer e convívio para festejar as diferentes datas comemorativas.

No seguimento do acompanhamento efetuado pelas psicólogas das equipas de RSI, ao nível individual, as mesmas constituirão em breve um grupo terapêutico. O mesmo será dirigido a pessoas que apresentem um diagnóstico centrado das problemáticas de perturbação do humor e que após uma avaliação inicial individualizada, se considere pertinente a frequência do grupo. O grupo terá como objetivo gerar reflexões acerca dos temas considerados revelantes por este, de modo a promover a criação de uma rede de apoio e de partilha entre os participantes. Desta forma, pretende-se fomentar a melhoria na adaptação ao modo de vida individual e coletivo.

Tendo por base que a família é um agente de socialização primário e, conseqüentemente, fundamental no que respeita à proteção de crianças, as equipas visam desenvolver ainda este ano ações de sensibilização com o objetivo de intervir na prevenção dos maus tratos na infância. Pretende-se dirigir a intervenção para famílias, com crianças com idades compreendidas entre os 6 e os 10 anos, com o intuito de explorar temas como: os direitos das crianças; tipos de maus tratos; e fatores de risco e de proteção.

No período de interrupção letiva, as equipas darão continuidade a atividades com o objetivo de promover a ocupação de tempos livres de crianças e jovens no período das férias escolares, através de momentos lúdicos e lazer. Estas atividades potenciam o desenvolvimento de competências sócio afetivas, físico-motoras e cognitivas, de modo a atenuar o impacto negativo das desvantagens do meio sociocultural em que se encontram inseridas.

F. ANÁLISE DO ESPAÇO FÍSICO ONDE SE DESENVOLVE O ACOMPANHAMENTO ÀS FAMÍLIAS BENEFICIÁRIAS DE RSI

A equipa desenvolve o acompanhamento às pessoas beneficiárias do RSI numa moradia antiga, com dois pisos: o primeiro andar encontra-se sem utilização, por se apresentar num estado mais degradado; o rés-do-chão é o espaço utilizado pela equipa.

Este espaço apresenta duas portas para a entrada, sendo que quando a porta exterior está fechada (quando o serviço está encerrado), o edifício aparenta-se como uma casa comum, pois a sua identificação encontra-se na porta interior, em conjunto com o horário (9h-12h30; 14h-17h30). Verifica-se que na entrada existe um degrau relativamente alto (20 a 30 centímetros), sem rampa, constituindo-se uma barreira arquitetónica para as pessoas com mobilidade reduzida.

O espaço físico interior é composto pela entrada, sala de atendimento, sala de trabalho/reuniões, casa de banho e um espaço amplo semelhante a um armazém na parte traseira.

Na entrada, existe a receção e a sala de espera conjuntas, com cadeiras. Apresenta também um espaço para crianças, com mesa, cadeiras, jogos, livros e lápis. Numa lateral da entrada, encontra-se um placard para divulgação de ofertas de formação e emprego, bem como de casas para arrendar. Esta divulgação surgiu a par da intenção de facilitar o acesso a estas informações.

A sala de atendimento é fechada, conferindo privacidade. Este espaço encontra-se habitualmente limpo e arrumado, contudo é pouco arejado e iluminado, pois possui dois pequenos postigos e praticamente não tem luz direta. As cadeiras são confortáveis e dispostas em torno de uma mesa redonda, diminuindo as barreiras físicas, mas mantendo a mesa como apoio. Dispõe também de outra mesa retangular, com cadeiras de ambos os lados. Trata-se de um espaço frio, pelo que exige o recurso a aquecedores. Efetivamente, tal como refere Pinheiro (2007) acerca da psicoterapia, o espaço onde decorrem entrevistas/atendimentos deve proporcionar conforto e segurança, assim como deve ser limpo, arrumado, arejado e

iluminado. Com base no que aponta Leal (1999) por relação às entrevistas em psicoterapia, também um espaço de atendimento social deve possuir mobiliário confortável e cores neutras, sendo também importante a atenção ao aquecimento ou arrefecimento do local. Além do referido, o espaço deve ser aconchegado e permitir que haja privacidade e sigilo no que é dito (Pinheiro, 2007).

Na sala de trabalho e reuniões existem cinco mesas, dispostas de frente umas para as outras, formando quase um círculo, sendo estas as secretárias de cada um dos elementos da equipa. Esta disposição facilita a comunicação e a partilha de informação constantes, incitando o diálogo e a proximidade. A sala é também constituída por uma mesa oval, utilizada para reuniões. É ainda nesta sala onde se encontram os arquivos e espaços de arrumação da equipa. Na entrada desta sala, existe um espaço improvisado para atendimentos, isolado com os armários e biombos, tendo o mesmo surgido da necessidade de outro espaço para atendimento, nomeadamente de situações imprevistas e/ou urgentes, quando a sala destinada para os atendimentos está ocupada. Contudo, é um facto que, contrariamente à sala de atendimento, este espaço não confere privacidade e pode não transmitir a segurança e a confiança necessária, já que os restantes elementos da equipa encontram-se na sala a trabalhar, o que é do conhecimento das pessoas. Face à necessidade de serem atendidas e ao facto de conhecerem todos os elementos da equipa, as pessoas referem não se opor a este espaço, atribuindo importância à sua existência e referindo não interferir na relação ou no que tem a transmitir.

As três divisões anteriormente descritas separam-se das restantes por uma porta de vidro, que limita o acesso a pessoas externas ao serviço. Esse é o espaço grande e amplo, que é utilizado para organização e arrumos. No mesmo é feita uma separação e organização de roupas, calçado, acessórios, brinquedos e outros materiais que são doados a esta instituição e, após verificação, são entregues a outras pessoas, de acordo com os pedidos recebidos. Esta tarefa é realizada pela auxiliar de serviços gerais e, por vezes, pelas ajudantes de ação direta da equipa de RSI, as quais serão apresentadas no ponto seguinte. Numa parte desse espaço existem mesas e cadeiras, bem como alguns equipamentos domésticos, funcionando como um espaço de refeição para as funcionárias.

Também nesta parte traseira situa-se a casa de banho, sendo esta única na casa e de utilização apenas pelos funcionários, não existindo autorização para o uso por parte das famílias e havendo a indicação de que, por se tratar de uma espécie de posto de atendimento, não se exige a existência de casa de banho para “clientes”. No sentido de contornar esta limitação, nas ações de maior duração realizadas com as famílias a equipa recorre a espaços de outras entidades, nomeadamente através de parcerias com entidades locais.

Neste local, não existe comércio na sua proximidade imediata, mas existe a cerca de 300 metros. Não se trata de um local isolado, tratando-se de uma rua principal com movimento regular por carros privados, transportes públicos e pessoas a pé.

Localizando-se junto à freguesia onde residem as famílias em acompanhamento, fazendo fronteira com a mesma, a maior parte das pessoas desloca-se a pé, sendo também possível a deslocação através de transportes públicos, com circuitos frequentes e uma paragem à porta do serviço.

G. REGISTOS DE SESSÕES COM O GRUPO “MULHERES ANÓNIMAS” ANTERIORES AO DESENVOLVIMENTO DAS AÇÕES DO PROJETO

Registo 1	
Local	Instituição – Equipa RSI
Data e hora	10/11/2016; 14h30-16h30
Presenças	D. Madalena, D. Carmen, D. Isabel, D. Conceição e D. Mariana
Objetivos	Reencontro do grupo; Proposta de participação no Projeto
Estratégias	Encontros grupais; Partilha; Conversa intencional
Descrição	<p>Após a autorização da instituição para a realização do projeto e parecer da equipa de trabalho, agendou-se uma sessão coletiva com o grupo de oito mulheres. A sessão foi agendada telefonicamente, para o período da tarde, conforme já tinham indicado ter preferência. Compareceram cinco mulheres, sendo que as restantes contactaram no próprio dia a informar que não poderiam estar presentes, por doença. A sessão contou, assim, com a D. Madalena, a D. Carmen , a D. Isabel, a D. Conceição e a D. Mariana.</p> <p>Uma vez que o grupo já não estava junto há cerca de quatro meses, as participantes começaram por se cumprimentar e contar o que acharam por conveniente, do que aconteceu no período em que não se viram.</p> <p>A D. Conceição foi avó pela terceira vez, estando ansiosa por conhecer o seu neto, o que acontecerá apenas na altura no Natal, já que irá passar as festas junto dos filhos, na Holanda ou na Bélgica. Estes asseguram os custos das viagens e juntar-se-ão num dos países a decidir.</p> <p>A D. Isabel contou que o seu filho mais velho integrou o 1º ano de escolaridade, mas que está a ter muitos problemas, uma vez que chora para ficar na escola e quer vir embora. Diz ter saudades da mãe</p>

	<p>e receio que não o vá buscar, estando preocupado e triste no período em que está na escola. O menor pediu à mãe uma fotografia sua, para que possa colocar no caderno e olhar quando sentir mais saudade. Paralelamente, também está a ter dificuldades em assimilar as aprendizagens. Abordou-se com a D. Isabel a falta de autonomia e o desconforto que o filho sente em estar num local que para si ainda é inseguro, procurando o conforto da mãe, de quem aparenta estar bastante dependente. As restantes participantes deram a sua opinião, referindo que não tiveram este problema com os seus filhos, mas que compreendem o que estava a contar. Sugeriram que não se preocupe em demasia, já que entretanto conseguirá integrar-se, com os novos colegas e professor. A D. Isabel contou que a educadora da pré-escola que o filho frequentava tinha sugerido que ficasse mais um ano na pré, por considerar que ainda era muito imaturo para o 1º ano. Na altura, não aceitou e agora receia arrepender-se.</p> <p>A D. Mariana referiu que a educadora do seu filho mais novo lhe fez a mesma proposta, mas não aceitou, tendo o menor integrado também o 1º ano de escolaridade, numa escola diferente do filho da D. Isabel. O menor também está a ter algumas dificuldades de integração e aprendizagem. Além disso, ainda não definiu a sua lateralidade, escrevendo com ambas as mãos. A mãe e as restantes participantes valorizaram, referindo que “quando estiver cansado de uma, pode trocar para a outra”. Contudo, mostrou-se preocupada com as dificuldades que o menino está a sentir, pois o mesmo gostava de continuar a pintar e desenhar, em vez de ter que estar atento a aprender.</p> <p>A D. Isabel partilhou ainda outra situação, sendo esta referente ao filho mais novo, que deixou entretanto a chupeta. Referiu ter-se sentido pressionada pela educadora da equipa ELI, já que na pré-escola o menor já não usava a chupeta e em casa continuava a querer, o que lhe foi dito que teria que controlar. Afirma que a insistência da</p>
--	--

	<p>educadora a deixava mais nervosa, tendo mais dificuldade em tirar a chupeta ao filho. As restantes participantes valorizaram a sua partilha e responderam que cada criança tem o seu ritmo, contando as suas experiências, em que nenhum filho deixou com a mesma idade. Relataram inclusive “Era o que faltava uma doutora vir dizer o que fazer ou não com os nossos filhos. Também não sabem tudo. Nós é que estamos sempre com eles e conhecemos as suas birras” (D. Conceição). Procurou-se explicar que a insistência poderia estar relacionada com as consequências físicas e psicológicas de não deixar a chupeta.</p> <p>A D. Madalena partilhou que o seu filho saiu de casa, para viver com a irmã. Esclareceu que o marido estava constantemente a criar conflitos e acusá-lo de não trabalhar, quando o jovem faz procura ativa de trabalho e, na ausência deste, vai fazendo diferentes formações. Para não haver mais discussões, o filho decidiu aceitar a proposta da irmã e ir viver com ela. A D. Madalena refere que inicialmente se sentiu triste, mas de alguma forma mais aliviada. No entanto, a saída do filho provocou uma redução significativa no valor da prestação de RSI, tendo maior dificuldade em fazer face às despesas.</p> <p>A D. Carmen contou a sua filha tem tido frequentemente crises de diabetes, pelo que tem recorrido várias vezes ao hospital, a urgências e consultas médicas. Acrescentou que faz questão de acompanhar sempre a filha, mas os gastos com os transportes para as duas têm um peso elevado no orçamento familiar. Mostrou também preocupação com o seu filho, que continua desempregado, continuando muito dependente de si (“Parece que quer ficar sempre debaixo das saias da mãe. Não vejo aquele rapaz levar um rumo”). Questionada, referiu que o filho procura trabalho através da internet, mas na maioria das vezes não obtém resposta. Perante a sugestão de frequência de formação, face à baixa escolaridade do filho, a D. Carmen refere que o mesmo não manifesta vontade de voltar a</p>
--	--

	<p>estudar, lembrando que o seu percurso escolar foi atribulado.</p> <p>Finda a fase de partilhas, mencionei que estava a frequentar o Mestrado em Educação e Intervenção Social, o que foi valorizado pelas participantes, que incentivaram a sua continuidade e conclusão. Neste sentido, expliquei que terá que ser desenvolvido um projeto baseado na metodologia da investigação ação participativa, esclarecendo que se trata de um projeto em que se procura conjuntamente melhor conhecer a realidade, os problemas, necessidades e potencialidades, de modo a desenvolver ações que sejam realmente adequadas, contando a participação ativa e envolvimento de todos. Posto isto, questionei o grupo quanto ao seu interesse em participar no projeto, desde a fase inicial (conhecimento) até ao desenho e desenvolvimento do projeto. Desde logo, as mulheres deram os parabéns por continuar a investir na minha formação, tendo sido também muito recetivas, respondendo que teriam todo o gosto em participar, acrescentando que “conforme também nos ajuda a nós, cá estamos para a ajudar também” (D. Isabel). A D. Madalena acrescentou que “Também é bom para nós”. A D. Conceição, divertida, questionou se no final existiria festa e colocação de cartola, pois nesse caso gostaria de assistir, com o que as restantes concordaram, entusiasmadas. Expliquei que essas comemorações decorrem na licenciatura, para quem o queira fazer, mas no mestrado não. A D. Mariana referiu ainda “Todas juntas, faremos coisas interessantes. Vamos em frente!”.</p> <p>Dei a conhecer também que em todo o processo garantirei a confidencialidade, o sigilo e o anonimato. Informei ainda que será escrito um relatório, que será objeto de avaliação e que estará depois disponível <i>online</i>. As participantes referiram que não teria qualquer problema e que aceitavam o desafio.</p> <p>No que diz respeito a futuros encontros/sessões, as participantes afirmam continuar a ter preferência pelo período da tarde, em</p>
--	---

	qualquer dia da semana. Verificaram-se disponibilidades e agendou-se a próxima sessão para o dia 22/11/2016, esclarecendo que posteriormente seriam contactadas as restantes senhoras.
Reflexão	Apesar de não se encontrar desde julho de 2016, o grupo manifestou sentir-se à vontade num espaço que sentem ser próprio, para partilhas entre si. O grupo valorizou a existência do Projeto, mostrando-se recetivo e interessado em colaborar no desenho e desenvolvimento do mesmo.

Registo 2	
Local	Instituição – Equipa RSI
Data e hora	22/11/2016; 14h30-17h
Presenças	D. Carmen, D. Conceição, D. Fernanda, D. Celeste e D. Mariana
Objetivos	Conhecimento e reflexão acerca da realidade
Estratégias	Encontro grual; Exercício de dinâmica de grupo; Partilha, debate e reflexão; Conversa intencional
Descrição	<p>Realizou-se uma nova sessão coletiva. Nesta, estiveram presentes cinco mulheres, a D. Carmen, a D. Conceição, a D. Fernanda, a D. Celeste e a D. Mariana, sendo que as restantes informaram no dia em se encontram doentes.</p> <p>Apesar de já ter abordado o assunto pessoalmente, comecei por colocar a D. Fernanda e a D. Celeste a par do que tinha falado com as restantes acerca do projeto do mestrado na sessão anterior, tendo as mesmas também aceite colaborar.</p> <p>Nesta sessão, no sentido de sintetizar opiniões e perceções, realizou-se uma dinâmica de grupo inspirada na metodologia do “<i>World Café</i>”. Assim, em distintas folhas, estavam diferentes temas, para os quais as participantes foram dando respostas, completando e refletindo, conforme passo a descrever.</p> <p>- Características comuns nas pessoas beneficiárias de RSI</p>

	<p>Neste ponto, as participantes anotaram desde logo o facto de estarem desempregados, a insuficiência de rendimentos e as dificuldades em assegurar as despesas. Foram pontuadas também as dificuldades de reintegração profissional, ressaltando como dificuldades a idade, a baixa escolaridade, a insuficiência e custos elevados dos transportes, bem como a dificuldade em conciliar com os cuidados aos filhos.</p> <p>- Problemas e dificuldades. Que consequências?</p> <p>No que diz respeito aos principais problemas e dificuldades, foi novamente referido o desemprego, a par de problemas de saúde e dificuldade em assegurar os pagamentos mensais.</p> <p>No que se refere às consequências dos mesmos, as participantes referiram a baixa autoestima, a ansiedade, problemas depressivos e o sentimento de vazio. Relataram que, por vezes, também surgem conflitos familiares e discussões, já que “Onde não há pão, todos ralham e ninguém tem razão” (D. Mariana). Foi também falado o facto de ficarem em falta cuidados de imagem pessoal e beleza, a compra de alguma peça de roupa/calçado necessária e a possibilidade de passear.</p> <p>- O que é mais difícil de lidar?</p> <p>Quando se depararam com a questão do que têm mais dificuldade em lidar, as participantes responderam mais emocionadas que é, sem dúvida, não poder dar aos filhos o que gostariam de dar, o que eles necessitam ou o que eles pedem. A D. Mariana relatou que uma vez a sua filha lhe terá dito que estava cansada de viver numa família pobre, o que as restantes compreenderam e disseram também já ter ouvido, nomeadamente quando os filhos eram mais novos.</p> <p>As participantes revelaram também ser difícil lidar com a dependência de uma prestação social e de serviços, tendo que expor as suas vidas.</p>
--	---

	<p>Acrescentaram também ter pouca motivação para comemorações, como é o caso do Natal, já que não conseguem proporcionar um dia diferente, não conseguindo garantir a alimentação temática, quanto mais comprar prendas.</p> <p>Foi também pontuada como difícil de lidar o facto de haver necessidade de pedir ajudar a filhos mais velhos, já autonomizados.</p> <p>- O que mudou para começar a receber o RSI?</p> <p>Para as participantes, o que sobretudo motiva o requerimento do RSI é o desemprego e a doença, que acarreta ainda mais despesas e preocupações.</p> <p>- O que mudou com o RSI?</p> <p>Perante a questão do que muda quando se começa a receber o RSI, as participantes responderam “quase tudo”. Referiram sentir falta de ter rotinas, de se apresentarem mais cuidadas e de se sentirem úteis. Afirmam ter saudades de trabalhar. Consideram que a ausência do trabalho acarreta um certo desleixo e dificuldade de gestão de tempo, por falta de rotina. Apresentaram boas recordações do trabalho, nomeadamente relacionadas com a costura. Ao constatar-se a curiosidade da costura estar em maioria, o grupo referiu que efetivamente, no passado, muitas mulheres saíam da escola cedo e integram fábricas de confeções, ondem iam aprendendo. Lembram com saudade esse período, partilhando os conhecimentos específicos que apresentam, nomeadamente fazer arranjos e ajustes, cortar, coser e fazer remates. Afirmam que trabalhavam em fábricas, em linhas de montagens, pelo que sabem fazer diferentes tarefas, mas não uma peça do início ao fim. Percebeu-se que, mesmo entre quem não trabalhou na área, apenas um dos elementos não tem predisposição para a mesma (D. Mariana).</p> <p>Foi também falado o facto de sentirem mal e revoltadas com o que as</p>
--	--

	<p>outras pessoas pensam de quem recebe o RSI, já que ouvem muitas vezes que são malandros e não querer fazer nada. Sentem-se incomodadas e revoltadas com os preconceitos existentes e têm vergonha de assumir que se encontram a beneficiar desta prestação, que apenas lhe permite assegurar as necessidades básicas, sendo que se nestas incluírem o pagamento mensal de uma renda talvez nem isso, em alguns casos. A D. Fernanda acrescentou que existem ainda preconceitos quanto ao local onde vivem, como acontece com as ilhas ou as habitações sociais.</p> <p>- Aspectos positivos: potencialidades e capacidades</p> <p>Neste ponto, foi falado da capacidade de dar mais valor a pequenas coisas e de saber lidar com as adversidades. As participantes revelam que a situação em que vivem forçosamente as ajuda, a si e às suas famílias, a aprender a contornar e a superar dificuldades. Acrescentam que, neste sentido, consideram ter uma maior capacidade de improviso, desenrasque e adaptação a diferentes situações e momentos. Revelaram também que pensam que quem vive nestas circunstâncias se torna mais solidário e partilha o que tem, com a consciência de que há quem esteja igual ou pior.</p> <p>- Perspetivas futuras</p> <p>As perspetivas futuras foi um dos temas com maior dificuldade na resposta, já que referem viver um dia de cada vez. Explicam que sentem que de cada vez que fazem planos para a sua vida não os conseguem concretizar: “os planos saem sempre furados” (D. Celeste). Assim, consideram que a situação de vida atual não permite perspetivar o futuro.</p> <p>No entanto, revelam que os seus filhos requerem a sua maior atenção, mesmo quando adultos, mostrando preocupação quando aos mesmos e ao seu desenvolvimento e evolução na vida. Todas,</p>
--	--

	<p>mesmo as que menos investiram na sua própria escolaridade, declaram valorizar o ensino e incentivar os filhos para a escolarização, no sentido da procura por uma vida melhor.</p> <p>- A equipa e a intervenção: como é vista e o que se pensa da intervenção? O que consideram do espaço? O que conhecem da lei? Relativamente a este ponto, as participantes referiram que não têm nada a apontar no que se refere à equipa e à intervenção da mesma. Declaram que consideram que a equipa não interfere demasiado, estando presente nas suas vidas. Ressalvaram a importância de serem alertadas pela equipa quanto ao processo anual de renovação e outros procedimentos necessários. Consideram também existir flexibilidade na atuação e agendamentos, havendo também possibilidade de contactos telefónicos sempre que necessitam. Acrescentam que quando a intervenção é desenvolvida por diferentes serviços não é fácil e acarreta um maior <i>stress</i>, pois muitas vezes têm que repetir as suas histórias e ter mais obrigações a cumprir. Seja qual for o serviço, referem que o primeiro impacto influencia sempre, mas que se vão tentando adaptar ao que é solicitado.</p> <p>No que diz respeito ao espaço onde a equipa se encontra, dizem ser perto do seu contexto de residência, o que lhes permite vir a pé. Revelam gostar do espaço, que consideram estar melhor, já que pelo menos não chove dentro da sala de atendimento, como aconteceu no ano anterior.</p> <p>Por fim, afirmam compreender as medidas e procedimentos que a equipa desenvolve, já que estes lhes são explicados. No entanto, a D. Conceição relatou uma situação em que declarou à técnica estar a passar a ferro para uma casa particular, sendo que o valor auferido foi deduzido da prestação de RSI. Esclareceu-se que se trata de uma obrigação legal, já que todo e qualquer rendimento, com ou sem proteção social, deve ser mencionado e considerado em termos de</p>
--	--

	<p>prestação RSI. Foi também falada outra situação, que diz respeito ao facto de os filhos adultos começarem a trabalhar, continuam a ser considerados parte ativa do agregado familiar, assim como os seus rendimentos. Neste sentido, as mulheres recordam situações que conhecem em que os pais se veem a ser sustentados pelos seus filhos mais velhos, o que consideram ser humilhante. Relativamente a outros aspetos da lei, relatam também uma incongruência quanto à obrigação de inscrição no centro de emprego dos jovens que completam 18 anos, mesmo que continuem a estudar. A D. Carmen contou o exemplo da sua filha, quando esta ainda estudava, mas já tinha completado os 18 anos: o centro de emprego recusava inscrevê-la por se encontrar ainda a estudar, mas de acordo com a lei do RSI a filha deveria estar inscrita por já ter mais de 18 anos. Nesse caso, apresentou uma declaração do IEFP atestando a decisão de não inscrever apesar de ter tentado, ao que anexou o comprovativo de matrícula escolar, tendo sido aceite e não tendo penalizações sobre o RSI.</p> <p>Ao entender que estes procedimentos acontecem porque assim está previsto na lei, já não colocam em causa, conformando-se. A lei parece apresentar-se como incontestável aos olhos destas mulheres.</p> <p>- O que podia ser feito e não é?</p> <p>Neste ponto, as participantes sorriram e responderam “haver aumentos”, considerando que o aumento do valor de referência do rendimento social de inserção lhes traria melhorias, já que neste momento têm dificuldades em se autonomizar da medida.</p> <p>No que diz respeito à intervenção da equipa, dizem atualmente não sentir necessidade de mudanças, não apontando alterações. A D. Conceição recordou a altura em que teve processo na CPCJ, dizendo que o que mais lhe transtornou foi ter visitas domiciliárias 3 ou 4 vezes por semana, receando sempre não se controlar perante algum</p>
--	---

	<p>comentário ou atitude que não gostasse. No entanto, não sente que haja qualquer tipo de invasão com as visitas da equipa, mencionando que gosta de receber as AAD em sua casa.</p> <p>- O que mudariam? Que expectativas para o grupo?</p> <p>No que se refere ao grupo e expectativas para o mesmo, mencionam que preferem que as sessões continuem em decorrer com este grupo, sem inclusão ou exclusão de elementos, embora tivesse sido dada essa possibilidade.</p> <p>Referem que estes momentos de partilha e reflexão entre todas são importantes e que pensam que devem manter-se. No que diz respeito aos temas de interesse mais falados por estas mulheres, pode destacar-se a vontade de viajar de avião, aprender a utilizar o computador, a partilha de receitas culinárias, a costura e bordados, bem como os cuidados pessoais (<i>manicure</i>, cabelo) e tudo o que envolva a educação dos filhos.</p> <p>As participantes acrescentam que necessitam de se sentirem mais confiantes e valorizadas, para serem mais capazes de enfrentar as adversidades da vida.</p> <p>No final da sessão, questioneei qual a disponibilidade do grupo para o agendamento de sessões. A D. Celeste sugeriu, para já, existirem encontros quinzenalmente, o que as restantes concordaram. Mantêm disponibilidade para o período da tarde. Expliquei que, devido a um pedido extra do serviço da Segurança Social, este se trata de um período com maior dificuldade de gestão de agenda, ao que posteriormente acresce a necessidade de tempo para atividades para as crianças/jovens no período de férias de Natal. Neste sentido, comprometi-me a contactar para agendar a próxima sessão para o início de janeiro de 2017.</p>
Reflexão	Esta sessão permitiu conhecer qual a perceção deste grupo quanto à

	<p>sua realidade, de uma forma geral. Assim, o desemprego foi elencado como principal problema, pelas consequências que tem associadas, como a insuficiência de rendimentos e a perda de rotinas, que se faz acompanhar de um sentimento de inutilidade. Neste sentido, têm dificuldade em fazer face a despesas e assegurar outro tipo de cuidados mais pessoas e consideram não conseguir dar aos filhos o que necessitam e gostariam, ao que acrescem as consequências pessoais. O grupo sente-se incomodado com os estereótipos que diz existir acerca de quem recebe o RSI. Verificou-se uma maior dificuldade em enumerar aspetos positivos das suas filhas e ainda maior em falar acerca de perspetivas futuras. Encontrou-se uma habilidade e gosto comum: a costura. Os interesses revelados pelo grupo poderão ser potencialidades para o desenvolvimento do projeto. O grupo tem interesse e vontade em manter este espaço, no entanto prefere manter este grupo tal como é (grupo fechado).</p>
--	---

Registo 3	
Local	Instituição – Equipa RSI
Data e hora	05/01/2017; 14h30-17h
Presenças	Todas as mulheres que constituem o grupo
Objetivos	Conhecer e refletir acerca dos problemas
Estratégias	Encontro grupal; Conversa intencional; Partilha, debate e reflexão
Descrição	<p>Tal como combinado na sessão anterior, após contactos telefónicos para confirmação de disponibilidades, agendou-se esta sessão.</p> <p>Abordando-se o que se havia falado na última sessão de novembro, sugeri começarmos por falar de uma forma mais aprofundada daqueles que são os problemas sentidos.</p> <p>Desde logo, o grupo identificou o desemprego e o baixo nível de escolaridade, a par da dificuldade na reintegração profissional. A D. Mariana reforçou que, apesar de não estar desempregada, sente que o seu trabalho não lhe confere qualquer estabilidade ou sentimento</p>

	<p>de realização, pelo que se identifica com as restantes quando dizem que o desemprego é um dos principais problemas. A D. Madalena referiu que “Desde que estou desempregada, parece que vou perdendo capacidades”, tendo a D. Rosa referido que com o tempo “Perde-se rotinas e hábitos que tínhamos antes”. As restantes concordam que o desemprego é dos problemas que lhes traz mais consequências, sobretudo a longo prazo.</p> <p>Questionadas quanto ao baixo nível de escolaridade, este foi um problema apresentado pela D. Madalena, mas não é comum a todas, mas apenas a quatro: D. Conceição, D. Celeste, D. Madalena e D. Rosa. A D. Celeste concorda que este é um entrave na procura de emprego (“Até para limpar sanitas pedem pelo menos o 9º ano”). Contudo, a D. Conceição logo referiu que “Agora tenho lá cabeça para estudar, para estar em frente a um quadro e professor...”, acrescentando já não ter capacidade para voltar a aprender, nomeadamente pelos problemas de saúde, tendo sido de imediato apoiada pela D. Rosa. A D. Celeste afirmou que com a sua idade já não se imagina a voltar a estudar, pois “Olha eu agora na escolinha... Mesmo que fosse doutora, depois iam dizer que afinal já sou velha para trabalhar”. Procurei antes de mais esclarecer que a formação para adultos não se resume apenas a quadro e professor, tendo modelos de aprendizagem mais adequados, através dos quais, independentemente da idade, poderão obter novos conhecimentos e aptidões. A D. Carmen contestou as colegas de grupo dizendo que, pelas formações que frequentou, sempre se sentiu enriquecida, pois aprendeu e conheceu novas pessoas, o que reconhece como positivo, assim como a D. Fernanda. Concluiu-se que, apesar de nem sempre ter impacto direto ao nível da colocação em mercado de trabalho, tem associados outros efeitos positivos. A D. Madalena, apesar de declarar não se sentir com disponibilidade para formação, assume “Agora, acho que a minha cabeça está mais preocupada com o rumo</p>
--	--

	<p>da minha vida... Não é uma coisa que procuro, mas também não digo que não quero.”.</p> <p>Quanto à continuidade numa situação de desemprego, por dificuldades em reintegrar o mercado de trabalho, questionei o que consideravam que, além do baixo nível de escolaridade, poderia motivar essas dificuldades. A D. Rosa respondeu os problemas de saúde, com o que concordaram a D. Madalena, D. Carmen, a D. Conceição e a D. Fernanda). A D. Celeste referiu a idade, sendo também apoiada pelas restantes. A D. Isabel referiu que, para se deslocar a entrevistas ou dirigir-se diretamente aos locais para procura de trabalho, frequentemente tem associados custos com transportes, o que nem sempre é fácil assegurar, face à insuficiência de rendimentos. A D. Madalena concordou e relatou um episódio em que pediu dinheiro à filha para ir a uma entrevista e quando lá chegou o responsável lhe disse “Pelo telefone, parecia mais nova. Não sei se é bem o que procuramos”, ao que diz ter respondido que no anúncio apenas pediam uma funcionária para limpeza de condomínios, sem exigências de idade ou aparência, estando disponível e motivada para o trabalho. Contudo, não voltou a ser contactada. A D. Mariana referiu ainda que, por vezes, também de torna difícil conciliar com as rotinas dos filhos, mas questionada assumiu que, caso tivesse oportunidade, teria apoio dos pais. A D. Isabel concordou: “Se me aparecer, não penso duas vezes. O meu marido ou os meus pais de certeza que ajudam. Mas sei que eles (os filhos) vão sentir porque estão habituados comigo para tudo”. Por fim, a D. Conceição acrescentou que “Também não está fácil, nem para os novos. Até os meus filhos preferem estar lá fora”.</p> <p>Face ao exposto, estando o desemprego e dificuldades em resolvê-lo no centro da discussão, questionei o grupo acerca das suas consequências. Desde logo, foi apontada a insuficiência de rendimentos, que não permite dar resposta a todas as despesas e, por</p>
--	--

vezes, condiciona a criação de dívidas. Da mesma forma, a D. Fernanda relatou que já não se lembra de comprar uma peça de roupa e que sempre que sobra dinheiro para isso dá prioridade ao que a filha precisa. A D. Rosa afirma que tendo a máquina de costura da mãe vai arranjando roupas que lhe dão para que isso não seja uma despesa. A D. Mariana acrescentou “Quantas vezes até me apetecia arranjar as unhas, mimar-me um bocadinho, mas isso é um luxo. Nem pensar”. A D. Conceição concordou, contando que no mês passado “Fui ao cabeleireiro e fiz depilação à cera porque o meu filho me deu dinheiro para isso. Estava mesmo a precisar, vocês imaginam...”. A D. Madalena concluiu que, infelizmente, apenas podem viver para assegurar necessidades básicas e ainda assim é difícil porque as rendas assumem valores elevados face aos rendimentos que apresentam. A D. Celeste afirmou “Por estas coisas, às vezes nem dá vontade para nada. Andamos aqui aos trambolhões na vida”, acrescentando ainda que, quanto à casa, a situação ainda se agrava, pois não tem condições de habitabilidade e “Com 180€ onde alugo uma casa e pago despesas?”. A D. Mariana assumiu que também não apresenta excelentes condições de habitabilidade, já que vive num T1 com o marido e os filhos, contudo não quer abandonar a sua casa, uma vez que já paga amortização ao banco há muitos anos, sendo este valor inferior a muitas das rendas pedidas no aluguer de casas. A D. Carmen concluiu que se torna cada vez mais difícil continuar a acreditar que a vida vai melhorar, sendo que “Nos piores dias, já achamos que nada vale a pena. Eu às vezes já penso para que sirvo eu”. A D. Rosa acrescentou “É verdade. Nem temos vontade nem dinheiro de cuidar mais de nós”.

Nesta fase, a D. Fernanda mencionou que, por vezes, a instabilidade económica e até mesmo pessoal pode ter outras implicações, como é o caso dos problemas conjugais. Contou que o seu marido já consumiu álcool exageradamente, como forma de refúgio e

	<p>esquecimento, mas que isso o deixava agressivo, tendo tido já muitos problemas no seu casamento. Referiu que, atualmente, o marido não bebe álcool e que nas suas discussões “Estamos em igualdade. Agora não me calo nem deixo de fazer o que quero”. Esta partilha fez com que a D. Conceição e a D. Celeste expusessem também o seu passado marcado pela violência doméstica física e psicológica. A D. Isabel contou também já ter vivido momentos difíceis com o marido que, nunca lhe tendo batido, exercia violência sobre si de outra forma (psicológica), o que felizmente foi ultrapassado, tendo para tal contado com o apoio dos seus pais e irmão. Também a D. Mariana e a D. Madalena se pronunciaram considerando que, muitas vezes, as discussões também surgem das circunstâncias em que vivem e daquilo em que as pessoas se tornam perante as mesmas. A D. Mariana lembrou o provérbio “em casa onde não há pão, todos ralham e ninguém tem razão”. A D. Madalena afirma que os conflitos acontecem sobretudo por estarem juntos praticamente 24 horas de cada dia, o que se torna saturante: “Descontamos os nossos nervos sempre em que está mais perto a toda a hora. É o que acontece com o meu marido”. Questionadas, as mulheres afirmam que, podendo surgir uma outra discussão, não existe qualquer tipo de violência ou abuso, tendo sido falado das várias formas em que pode acontecer.</p> <p>Questionadas se enumerariam mais algum problema, a D. Isabel abordou os problemas que o seu filho mais velho tem tido com a integração no 1º ciclo de escolaridade, o que a D. Mariana disse também se identificar. Ambas referem que as dificuldades de concentração, na leitura e na escrita e na relação com os outros comprometem a aprendizagem. A D. Isabel afirma que acha que o seu filho é imaturo para lidar com o que lhe é exigido na escola e a D. Mariana concorda, dizendo que o seu filho “Ainda achava que ia fazer desenhinhos mais um ano”. Ambas referem que esta é uma preocupação, pelo que solicitaram acompanhamento psicológico por</p>
--	--

parte da equipa logo no início do ano letivo. Reconhecem importância a este acompanhamento, estando presentes e falando com a psicóloga, de modo a perceber que estratégias também podem adotar para ajudar os filhos. A D. Madalena referiu “Fazeis vós bem. São crianças. Se não forem ajudados agora, vão andar sempre assim e que futuro vão ter?”. A D. Fernanda contou que a sua filha também já necessitou de ajuda e de um acompanhamento mais próximo, o que reconhece ter tido resultados positivos. A D. Conceição declarou que a sua filha tem evoluído bem na escola, mas “Ajudar as crianças é muito importante. Eles são o futuro”. As restantes concordaram, tendo a D. Carmen mencionado “Se o meu filho tivesse essa ajuda de que falam, hoje se calhar poderia ter mais escolaridade”. A D. Rosa referiu que nem sempre os filhos seguem o rumo que planeiam para eles e que há uns anos atrás deixavam a escola cedo, apesar de agora reconhecerem que podiam ter obtido mais qualificações.

Por fim, tendo falado criticamente de alguns aspetos da legislação na sessão de novembro, questionei se este seria também um problema. As mulheres referem que consideram que existe alguma desadequação entre a lei e a realidade em que vivem. A D. Conceição mencionou “Mas se é a lei, não há nada a fazer!”, enquanto a D. Mariana respondeu “Temos sempre direito a apresentar as nossas críticas”, “Ou pelo menos perceber melhor, para termos a certeza se está mal” disse a D. Madalena. Afirmam que “É mais fácil reclamar com as doutoras, do que estarmos a pôr em causa a lei” (D. Celeste), considerando que com as técnicas de acompanhamento sentem confiança para reclamar e expor as suas críticas. Sugeri, então, a possibilidade de serem discutidos os aspetos com os quais não concordam, de forma a serem apresentados a quem de direito, procurando a sua adequação. Contudo, desde logo a D. Carmen respondeu “Oh menina isso nós fazemos aqui. Quando acharmos que está mal, falamos consigo ou com uma das suas colegas. Aí já ficamos

	<p>esclarecidas”. A D. Isabel referiu que, de entre os problemas que foram falando, não considera que este seja um a identificar. A D. Fernanda e a D. Rosa concordaram, acrescentando que há “Há coisas mais importantes e verdadeiros problemas” e “Nesses é que temos que pensar”.</p> <p>Aproximando-se o final da sessão, pedi ao grupo para que, face à discussão de hoje, pensasse nos problemas identificados, mas sobretudo que os tentasse ver do ponto de vista do que há a fazer para os resolver e o que sentem que deva mudar. O grupo aceitou, agendando-se nova sessão para o dia 18/01/2017.</p>
Reflexão	<p>Hoje procurou-se perceber os problemas identificados pelo grupo. Enumera-se, assim, o desemprego, o baixo nível de escolaridade, as dificuldades de reintegração profissional, os escassos cuidados pessoais, o desalento, o desânimo e a desmotivação, a desvalorização pessoal, a instabilidade nas relações conjugais, as dificuldades das crianças, sobretudo no 1º ciclo de escolaridade. Face aos problemas que vivenciam, mas sobretudo à sua persistência e acumulação, estas mulheres manifestam que a capacidade de desenvolver expectativas positivas e de perspetivar o futuro vai diminuindo. Pela continuidade na situação, vai se assistindo a uma certa acomodação às situações, dando forma a alguns dos estereótipos que referem existir (profecia autorealizada).</p>

Registo 4	
Local	Instituição – Equipa RSI
Data e hora	18/01/2016; 14h30-16h
Presenças	Todas as mulheres que constituem o grupo
Objetivos	Compreender o que o grupo sente que necessita de mudar, percebendo de que forma se poderiam envolver na mudança
Estratégias	Encontro grupal; Exercício de dinâmica de grupo; Partilha, debate e reflexão; <i>Brainstorming</i> ; Conversa intencional

Descrição	<p>As mulheres começaram a chegar à Instituição a partir das 14h, iniciando-se a sessão às 14h30.</p> <p>Quando me aproximei do grupo, a D. Madalena disse “Oh querida, nós já estamos a aquecer antes de entrarmos”, pois encontram-se a conversar umas com as outras, mostrando fotografias dos seus filhos (crianças e adultos). Ao entrar na sala, continuaram por alguns momentos nesta quase apresentação e descrição familiar.</p> <p>Posteriormente, no seguimento do pedido da sessão anterior, foi realizado um exercício de dinâmica de grupo em que falássemos sobre o que sentiram que deveria mudar, no sentido de resolver os seus problemas. Assim, estando o grupo sentado em torno de uma mesa, foram colocadas em cima desta três perguntas: “O que sinto necessidade de mudar na minha vida?”, “O que preciso para mudar?” e “O que poderei fazer para mudar?”. Tendo em conta que algumas das mulheres apresentam dificuldades na escrita e que de uma forma geral o grupo prefere a oralidade, optou-se por abordar cada uma das questões oralmente.</p> <p>Quanto à questão “O que sinto necessidade de mudar na minha vida?”, o grupo respondeu unanimemente “Ter um trabalho para melhorar a vida que levamos”. No entanto, a D. Fernanda referiu logo depois “Também preciso melhorar a minha saúde. Neste momento, é o que mais preciso”. A D. Rosa concordou, mencionando que, mesmo antes de conseguir um trabalho, seria importante sentir-se melhor de saúde. A D. Celeste mencionou “Eu também gostava de mudar de casa, para ter mais condições de habitabilidade”. A D. Madalena disse “Voltar a ser feliz”. A D. Carmen declarou que gostaria de trabalhar com idosos e ver os filhos “seguir a sua vida”. Quanto aos filhos, a D. Isabel mencionou que para si é fundamental que o filho mais velho evolua positivamente na escola, com o que a D. Mariana concordou por relação ao seu filho mais novo. A D. Conceição diz que o que sente mais necessidade de mudar é “Ter mais dinheiro para não andar</p>
-----------	---

sempre a contar trocos ou a pedir esmola aos meus filhos. Para isso, só com trabalho”. Por fim, a D. Madalena, rindo, disse “Olhem sabem que mais? Nós agora precisamos mesmo é de arrebatar e ter energia para ir atrás das coisas, em vez de só falar delas”. Questionada, a D. Madalena explicou que, por vezes, mesmo sabendo que seria o trabalho que lhe resolveria muitos dos seus problemas, se sente desmotivada e sem capacidade para continuar a ouvir respostas negativas. As restantes disseram compreender e identificar-se com o que dizia. A D. Fernanda referiu “Sim, antes de mais nada, temos que acreditar em nós e nas nossas capacidades para continuar a enfrentar a vida e os nãoos que nos dá”. A D. Conceição respondeu “É verdade. É preciso ter motivação e acreditar que ainda é possível. Por exemplo, estar aqui faz-me sentir bem e venho, porque se não estava sentada no meu sofá, sem vontade de sair”. A D. Rosa concordou, dizendo que, na maior parte dos dias, nem sai de casa. “A nossa vida é praticamente dentro das quatro paredes com os de casa”, concluiu a D. Fernanda, com a concordância das restantes. Assim, o grupo concordou que seria importante sair mais de casa e conviver, tal como acontece nestes encontros.

As outras duas questões (“O que preciso para mudar?” e “O que poderei fazer para mudar?”) acabaram por ser respondidas nos mesmos comentários. Quanto ao ter um trabalho, as mulheres mencionaram que seria necessário que a própria conjuntura do país melhorasse, mas que o que poderiam fazer seria tentar procurar trabalho de outras formas ou tentar ter mais conhecimentos que possam ser pedidos no mercado de trabalho, embora não mostrando que as expectativas fossem positivas. A D. Carmen referiu que talvez não procure trabalho da melhor forma, já que não tem resultados, pelo que gostava de “Mexer-me de outra maneira para ver se aparece alguma coisa e ter o compromisso de o fazer para não continuar em casa”. A D. Madalena mencionou que “Agora tudo mete máquinas e

	<p>eu não percebo nada de tecnologias. Nem com o telemóvel ou computador, e isso agora é importante”, sendo esta também uma dificuldade para a reintegração profissional, ainda não identificada antes. Por relação à saúde, afirmam cumprir as orientações e a toma da medicação, embora esta seja mais uma despesa, no sentido de conseguir melhorar. A D. Celeste relata que na ilha onde vive tem como vantagem estar perto da mãe e estar a pagar um valor irrisório de renda, sendo que ao alugar outra casa não conseguiria suportar as despesas; assim, aguarda atribuição de habitação social e vai contando com o apoio dos irmãos. No que diz respeito aos filhos da D. Isabel e da D. Mariana, ambas afirmam que aquilo que pensam ser necessário e o que têm feito é trabalhar em conjunto com a escola e com a psicóloga, procurando desenvolver estratégias articuladas de apoio aos filhos. Quanto ao “voltar a ser feliz” mencionado pela D. Madalena, a mesma esclareceu que precisava voltar a ter mais alguma segurança económica para garantir as suas despesas básicas, sem criar dívidas ou pedir constantemente ajuda aos filhos. Acredita que isto já seria um bom caminho “Até para haverem menos chatices em casa”. Reconhece que se sentisse mais bem-disposta e animada, com esperança em melhorias, talvez olhasse para a vida de outra forma. O grupo conclui ser necessário voltar a sentir confiança e motivação, tendo a D. Mariana mencionado “Juntas vamos conseguir!”.</p> <p>No final da sessão, solicitei que pensassem sobre os aspetos positivos das suas vidas e em perspetivas futuras, para voltarmos a abordar este assunto na próxima sessão.</p>
Reflexão	<p>O grupo mostrou ter sentido necessidade de se conhecer melhor umas às outras, concretizando-o na sessão. Este momento revelou-se, sem dúvida, importante para aumentar a coesão grupal e para se sentirem mais à vontade umas com as outras.</p> <p>De uma forma geral, estas mulheres mostram ter consciência dos seus</p>

	<p>problemas e conseguir falar sobre eles, assim como identificar o que gostariam de mudar. No entanto, é notório que apresentam expectativas negativas quanto ao processo de mudança, suportadas também por uma certa desmotivação e descrença. Manifestaram um outro problema, referente ao isolamento e fechamento no seio familiar, revelando ser importante sair mais de casa e conviver. A necessidade de maior motivação e crença em si próprias e nas suas capacidades é também elencada como necessária para continuar a enfrentar os desafios da vida e lutar por melhor. Quanto à procura de emprego, são identificadas outras dificuldades, que implicam novos conhecimentos e maior compromisso na procura de emprego, bem como a necessidade de acompanhar a evolução associação à maquinização e informatização.</p> <p>Reconhecendo a necessidade de mudar, conseguem imaginar que juntas poderá ser possível, conforme refere a D. Mariana. Este é um aspeto positivo, que motiva o grupo a continuar unido para que juntas alcancem mudanças necessárias e comuns a todas.</p>
--	--

Registo 5	
Local	Instituição – Equipa RSI
Data e hora	02/02/2017; 14h30-16h
Presenças	Todas as mulheres que constituem o grupo
Objetivos	Conhecer o que as mulheres identificam como aspetos positivos nas suas vidas e como potencialidades. Conhecer as perspetivas do grupo quanto ao futuro.
Estratégias	Encontro grupal; Exercício de dinâmica de grupo; Partilha, debate e reflexão; Conversa intencional
Descrição	Nesta sessão, procurou-se centrar a conversa em torno dos aspetos positivos, promovendo a reflexão e identificação do melhor que têm. A D. Carmen disse desde logo “Hoje só pensamos em coisas positivas”.

	<p>Recordando a sessão de novembro, a D. Mariana mencionou que tinham identificado algumas capacidades em comum, como a entreatajuda, a solidariedade. A D. Rosa relembrou a capacidade de improvisado muitas vezes necessária no dia-a-dia, tendo a D. Celeste acrescentado a necessidade de desenrasque. Quanto a estas últimas, a D. Madalena disse “Olha estas são precisas. Quando só há corrente de ar no congelador, lá temos nós que inventar”, referindo-se à necessidade de serem imaginativas e estratégias nas receitas culinárias. Contou ainda “No outro dia, só tinha um bocado de pescada congelada, mas fiz farinha de pau com peixe e aquilo rendeu... Até deu também para a minha filha e o meu genro”. A este propósito, a D. Madalena e a D. Rosa mencionaram que adoram cozinhar e que, modéstia à parte, são ótimas cozinheiras. A D. Conceição declarou também gostar muito de cozinhar, sobretudo pratos principais e petiscos. A D. Fernanda afirma que gosta de experimentar novas receitas, o que vai fazendo de modo a que estas sejam económicas ou com sobras. A D. Carmen afirmou que passa muito bons momentos na cozinha, sobretudo com a filha e com a mãe. A D. Isabel e a D. Mariana dizem que gostariam de ser mais imaginativas e saber novas receitas práticas, sobretudo para fazer com e para os filhos. A partir daqui, foram faladas diferentes receitas culinárias, tendo a D. Celeste referido “Ainda vamos fazer um livro com isto” e a D. Mariana reforçado “Estas receitas são boas. Todos os que precisam deviam conhecê-las”.</p> <p>Apoiando o grupo na sua valorização, reforcei que, apesar das dificuldades que têm de enfrentar, normalmente desenvolvem estratégias para o fazer, sendo práticas na resolução dos seus problemas quotidianos, como exemplificaram com a culinária. Além disso, apresentam-se com um sorriso e até com algum sentido de humor por relação ao que contam. A D. Madalena respondeu “Sabe nós temos sempre que tentar mostrar o melhor que temos. Até</p>
--	--

podemos estar negras por dentro, mas tentamos sair à rua com a cara levantada”. A D. Conceição acrescentou “Pois é minha querida. Se andarmos de cara no chão, ninguém nos resolve os problemas. Por mais no fundo que eu esteja, tento sempre parecer bem”. As restantes concordaram com estas declarações. A D. Rosa referiu que, apesar de tudo, reconhece que há pessoas que têm que ultrapassar situações piores na vida. A D. Carmen valorizou também terem apoio familiar e sentirem que estão rodeadas de pessoas de que gostam e que se preocupam com elas. A D. Mariana reforçou a ideia, lembrando a importância da família na vida de cada uma.

De seguida, desafiei o grupo para um exercício. Pedi que fechassem os olhos e imaginassem que “a máquina do tempo acelerou e passaram-se 10 anos”. Nessa imaginação, como estão? Como é agora a sua vida? A D. Conceição respondeu “Ai que sonho... Estaria com o meu Pereira (namorado) a passear e a minha filha já é uma mulher. E os meus netinhos, que riqueza! Se calhar só os vou ver pelo computador porque devem continuar no estrangeiro...”. A D. Madalena disse também já contar com um netinho e ver a sua vida mais organizada, a trabalhar e o marido pensionista, sem depender de prestações sociais. A D. Carmen respondeu “Os meus filhos criados e eu a trabalhar num lar junto dos velhinhos que tanto gosto”. A D. Mariana disse que esperava estar mais divertida, com amigos, e ter os seus filhos sempre por perto. A D. Isabel imaginava-se a trabalhar, assim como o seu marido, estando também os meninos no bom caminho, ainda na escola. A D. Celeste respondeu “Reformada e numa casinha melhor”. A D. Fernanda imaginava a sua saúde estabilizada e a conseguir pelo menos fazer alguns trabalhos, ainda que parciais, continuando ao lado do seu marido, mas acreditando que a sua filha já teria saído para viver em união de facto ou casar. Por fim, a D. Rosa diz que não se vê a trabalhar nem ao seu marido, pela idade mais alargada e problemas de saúde, mas gostaria de se encontrar melhor

	<p>de saúde, mantendo o seu marido e filhos junto a si.</p> <p>Ao concluir a sessão, a D. Conceição mencionou “Vamos todas para casa a sonhar... Também é bom. Quem sabe, não se concretiza...”.</p>
Reflexão	<p>A culinária revelou-se uma área para qual todas, cada uma à sua maneira, têm potencial, sendo do interesse de todas. A partir dela, partilharam saberes e reconheceram os conhecimentos umas das outras, que aliados valorizam cada uma em particular.</p> <p>Em grupo, foi possível identificar potencialidades e aspetos positivos nas vidas destas mulheres. Pensar no futuro e como gostariam de estar daqui a 10 anos, poderá motivar no sentido de alcançar alguns “sonhos” partilhados, que não foram assim tão irreais, refletindo acerca do que podem fazer e no que depende de cada uma para os concretizar.</p>

Registo 6	
Local	Instituição – Equipa RSI
Data e hora	15/02/2016; 14h30-16h30
Presenças	Todas as mulheres que constituem o grupo
Objetivos	Devolução dos problemas e sua priorização
Estratégias	Conversa intencional, Encontro grupal; Partilha, debate e reflexão; <i>Brainstorming</i>
Descrição	<p>Esta tratou-se de uma sessão em que se devolvi ao grupo os vários problemas enumerados e o que compreendi daquilo que me foram transmitindo. Após este momento, considerando as partilhas e conclusões retiradas, assim como o que temos vindo a falar nas últimas sessões, propus que hoje se identificassem aqueles que são os problemas que consideram prioritários e para os quais se procurarão respostas ao longo do projeto a desenvolver. Quanto a estes, tornar-se-ia importante explorá-los mais para melhor compreendê-los.</p> <p>Começando por lembrar a sessão em que se falou daquilo que teriam necessidade de mudar e o que necessitariam, a D. Madalena</p>

	<p>mencionou que um dos principais problemas para si é “Sentir-me em baixo, mais fraca e não acreditar que sou capaz”. A D. Isabel concordou que a insegurança nela própria a limita em tudo o que quer fazer, embora sinta que a este nível esteja a melhorar, não só por estar integrada neste grupo (já que antes os seus amigos eram virtuais e apenas conversava na internet com quem não conhecia), mas também porque se sente mais confiante desde que colocou a prótese dentária. Compreendendo, a D. Madalena referiu que é o que sente neste momento: “A baixa autoestima bloqueia-me e há dias que parece que só vejo o mal”. A D. Mariana declarou que no dia-a-dia, face às circunstâncias das suas vidas, “Habitamo-nos a pensar negativo, que até se torna difícil ver o que temos de positivo e como ainda podemos melhorar. Parece tudo negro”. A D. Fernanda refere que, com o tempo e o acumular das situações e problemas, “Perde-se até a vontade de tudo. É um desleixo total”. A este propósito, a D. Rosa mencionou que passa a maior parte do tempo em casa e nem tem vontade de se cuidar: “Antes ainda cuidava de mim, saía sempre jeitosa de casa. Agora, nem isso... Também nem é preciso”. A D. Conceição concordou dizendo que para ficar sentada no sofá ou a tratar da casa nem precisa de se cuidar, assumindo que se desleixa. Declara concordar com a D. Madalena quando esta refere que em alguns dias apenas identifica o negativo e sente dificuldade em seguir em frente. A D. Celeste afirma concordar com o que tem vindo a ser exposto, afirmando que “Agora que penso, no dia-a-dia, nunca penso em mim. Vou fazendo o que tem que ser feito, sem grande vontade e cada vez a acreditar menos que sou capaz de mais e melhor”. A D. Carmen foi consentindo e dizendo compreender perfeitamente o que diziam as respeitantes, concluindo que os filhos vão crescendo e vão tendo menos objetivos e vontade de lutar contra os desafios da vida: “De caminho já nem os filhos precisam de mim. Depois sirvo para quê?”. Após estas partilhas e reflexões, concluiu-se que o problema</p>
--	--

	<p>aqui retrato é a baixa auto estima que as mulheres apresentam e que se vem assumindo como um fator de desvalorização e descrença, que limita a sua ação, nomeadamente no que diz respeito à capacidade de enfrentar as adversidades da vida e criar expectativas positivas.</p> <p>Outro problema também priorizado pelo grupo e desde o início falado foi o desemprego, que acaba por estar sempre no centro da discussão. A D. Mariana referiu que, apesar de trabalhar em <i>part-time</i>, sente-se como se estivesse numa situação de desemprego, pois o seu trabalho é precário. Falando sobre há quanto tempo estão desempregadas, verificou-se que todas se encontram em situação de desemprego de longa duração, já que o menor tempo de desemprego são 7 anos. Tal como tem vindo a referir, o grupo revelou que pensa que o desemprego é o que impulsiona grande parte dos restantes problemas, como a ausência de rotinas e ocupações, a perda de amigos, o desleixo pessoal, a insuficiência de rendimentos para fazer face às suas despesas, a dificuldade de aceder a outros bens e serviços, ou as discussões conjugais. Neste sentido, a D. Conceição refere que “O desemprego é o que causa tudo o resto. É o principal problema.”, sendo apoiada pela D. Celeste que diz “Além da casa, o que tenho de pior na vida é estar desempregada”.</p> <p>Contudo, lembrei que, aquando da enumeração dos vários problemas sentidos, o próprio grupo apontou diferentes motivos para as dificuldades de reintegração profissional e para as expectativas negativas por relação à mesma. Significa que será um problema sem resolução? O grupo voltou a mencionar que, realmente, são várias as causas para que se pense assim: a própria conjuntura do país, o baixo nível de escolaridade e formação desadaptada, a idade, os problemas de saúde ou os custos e insuficiência de transportes. A este propósito, a D. Rosa menciona que “Com a saúde fraca e com esta idade já nada se espera”.</p> <p>As mulheres assumiram não ter esperança de voltar a trabalhar, a</p>
--	---

	<p>curto prazo e cada vez mais a longo prazo também. Procurando explorar, questionei se então consideram que existe uma certa incompatibilidade entre as suas capacidades e possibilidades e aquilo que é exigido pelo mercado de trabalho. Unanimemente, o grupo disse que sim, sendo aqui identificado um dos problemas. As mulheres afirmam sentir que “As empresas só querem pessoas novas, até aos 30, com estudos e de preferência sem filhos” (D. Conceição). Além disso, a D. Celeste disse que “Agora é tudo chique, tudo se faz com máquinas”, acrescentando a D. Rosa “E nós não sabemos mexer em nada disso, nem ligar um computador sequer”. A D. Madalena referiu também que pensa que não são valorizados os conhecimentos de quem já é mais velho e tem experiência de vida. A D. Carmen concluiu “Somos novas para reforma e velhas para trabalhar” e a D. Conceição acrescentou “Nem a de invalidez dão, é só para quem está para morrer”. A D. Mariana contou que, apesar de desenvolver corretamente as suas funções há anos no mesmo local de trabalho, não vê esperança de evolução nem de lhe ser alargado o horário, para ter mais alguma segurança económica; no entanto, estando efetiva e conhecendo as características atuais do mercado de trabalho tem receio de arriscar integrar outro trabalho e em poucos meses ficar desempregada. A D. Isabel concordou com as restantes e mencionou que tem sentido dificuldades na reintegração profissional quando diz que tem filhos ou por não ter carta de condução. A D. Fernanda mencionou que sente que procurar trabalho apenas pelo jornal (quando tem acesso ao mesmo) ou de “boca em boca” é cada vez mais difícil, mas “O centro de emprego também nunca tem nada para nós”. A D. Isabel mencionou “Às vezes penso que sou eu que não sei procurar trabalho, que devo aprender outras maneiras”, tendo as restantes concordado com o comentário, já que não se sentem apoiadas a este nível pelo IEF. A D. Carmen e a D. Madalena contaram que, no Gabinete de Inserção Profissional da freguesia, a</p>
--	--

	<p>resposta habitual é que de momento não tem ofertas adequadas ao seu perfil. A D. Carmen reforçou que frequentou formação no sentido de estar mais preparada para o trabalho e ter mais habilitações, mas que, mesmo assim, “A forma como falamos connosco é como se fossemos incapazes”. A D. Isabel valorizou a frequência da formação e contou ter-se inscrito para um curso profissional de Técnico Auxiliar de Saúde, para obtenção do 12º ano. As restantes deram-lhe os parabéns e desejaram boa sorte para conseguir integrar o curso. A D. Carmen referiu “Com o curso, até vais fazer novas amizades. Foi uma coisa de bom quando andei no curso. Sabes que na nossa situação, os amigos também se vão perdendo, por isso aproveita”. A D. Rosa logo concordou dizendo que “É verdade. Quando trabalhava tinha as minhas amigas, agora não. Tudo se vai”.</p> <p>Posto isto, sendo o desemprego um problema complexo, verificando-se estas incompatibilidades e revelando como escassa a possibilidade de o resolver, o que fazer? A D. Madalena respondeu que o problema é a situação se manter, acarretando cada vez mais consequências. A D. Fernanda referiu que é o acumular de problemas/consequências que persistem durante anos. Questionadas quanto a como é difícil lidar com isso, a D. Rosa afirma “Aí é que está! Não conseguimos lidar e o barco afunda cada vez mais”. A D. Conceição referiu “Agora é que disseram tudo e voltamos quase ao mesmo de há bocado. No fundo, tudo é negro, até nós”. Concordando com o que é dito, a D. Celeste disse “Faltando as forças e a vontade, vai se deixando levar... até afundar”. Para o grupo, o grande problema é não conseguir lidar com as consequências do desemprego de longa duração, que tem associado um efeito ciclo, em que parece que tudo se perde.</p> <p>Voltando um pouco atrás na discussão, percebi que o grupo relatou a perda de amigos e o facto de estarem muito tempo em casa, convivendo quase apenas com quem vive consigo, fazendo esta partilha. Do mesmo modo, o grupo revela várias vezes a necessidade</p>
--	---

	<p>de um espaço de convívio e partilha. Estaria aqui outro problema? Efetivamente, as mulheres mencionam que as suas rotinas se desenvolvem no seu espaço doméstico, dedicando-se às tarefas domésticas e a quem vive consigo, nomeadamente maridos e filhos. A D. Carmen justificou que, com o desemprego, vão perdendo rotinas e hábitos, assim como as relações que tinham. “Passamos a viver só para as coisas de casa e habituamo-nos a isso”, disse D. Conceição. A D. Celeste acrescentou “Também vamos fazer o quê ou vamos para onde? Mais vale estar em casa”. Já numa sessão anterior, a D. Isabel mencionou que não se relacionava praticamente com ninguém externo à família, conversando apenas com pessoas na internet (amigos virtuais). A D. Madalena referiu que “Se eu saísse mais de casa e convivesse, se calhar eu e o meu marido nem nos pegávamos tanto porque estávamos menos tempo juntos”. A D. Rosa mencionou que ter alguém, um grupo em que sentisse apoio se revelava como fundamental para mais facilmente conseguir enfrentar as dificuldades, com o que as restantes concordaram. A D. Mariana acrescentou que “Não podemos falar com toda a gente. Há pessoas que não entendem e julgam”. A D. Fernanda concordou, lembrando de alguns comentários que ouviu e que a desagradam (preguiçosos, não querem trabalhar, não fazer nada pela vida), o que as outras logo completaram e reclamaram.</p> <p>De seguida, questioneei se, de entre outros problemas falados, se consideram mais algum prioritário. Embora não relacionado com o que estavam a falar, a D. Isabel, com a concordância da D. Mariana, referiu que para si uma outra prioridade é a melhoria do rendimento escolar do filho, ultrapassando as dificuldades que apresenta. As restantes reconhecem a importância do trabalho com as crianças. Mencionei que efetivamente esta também é uma preocupação da equipa e que, inclusive a psicóloga, considera que os menores poderiam beneficiar de uma intervenção em grupo, com outras</p>
--	---

	crianças que também necessitassem, complementando a intervenção individual. O grupo concordou, pelo que este foi outro problema priorizado.
Reflexão	<p>Nesta sessão, concluíram-se os problemas a priorizar. O grupo identifica a baixa autoestima, verificando-se esta como um fator que contribui para um sentimento de descrença e desvalorização pessoal. O desemprego de longa duração assume-se como causador de uma série de problemas que conduzem este grupo a um processo de desqualificação pessoal e social, no entanto a possibilidade de o resolver é vista como escassa. A partir daqui o grupo considera que existe uma desadequação ou incompatibilidade entre as suas características e o mercado de trabalho. Além disto, o grupo reconhece como outro problema o isolamento social, com fechamento na rede familiar, o que contribui para a reprodução de ideias negativas e para a dificuldade em enfrentar as adversidades. Da mesma forma, numa sessão anterior (registo 4), o grupo também identificou isto como um problema, relatando que seria importante sair mais de casa e conviver. O baixo rendimento escolar das crianças no 1º ciclo foi outro problema que considerar de priorizar, sobretudo na opinião da D. Mariana e da D. Isabel. A intervenção com as crianças nesta fase do seu percurso escolar assume-se como elementar, considerando que as aprendizagens não adquiridas comprometerão a evolução e a aquisição de novas competências.</p> <p>Esta tratou de uma sessão importante, no sentido em que foi promovida a reflexão acerca dos problemas que foram priorizados pelas próprias mulheres. Uma vez mais o grupo partilhou opiniões e refletiu em conjunto, tomando consciência dos problemas, reconhecendo as suas causas e suas implicações.</p>

Registo 7	
Local	Instituição – Equipa RSI

Data e hora	03/03/2017; 14h30-16h
Presenças	Todas as mulheres que constituem o grupo
Objetivos	Conhecer quais as necessidades sentidas pelo grupo
Estratégias	Encontro grupal; Partilha, debate e reflexão; Conversa intencional; <i>Brainstorming</i>
Descrição	<p>Tendo sido priorizados os problemas na sessão anterior, comecei por lembrar em traços gerais o que foi falado e concluído. Neste sentido, desenvolveu-se a conversa, com as mulheres a completar e concordar com o que eu ia dizendo, fazendo-se uma síntese do que já foi refletido.</p> <p>Posto isto, questionei o que agora sentiam necessidade, o que consideravam que poderiam contribuir para resolver os seus problemas.</p> <p>O grupo respondeu considerar importante manter este grupo, com este espaço, em que sentem que podem ser verdadeiras e onde se sentem compreendidas. A D. Conceição contou que chamam ao grupo “As Mulheres Anónimas” precisamente porque é só delas e ninguém mais sabe, como se ninguém pudesse compreender o que elas partilham e ali é aceite e acolhido. Eu não tinha conhecimento deste nome do grupo, mas era já assim conhecido entre as mulheres, que dizem tê-lo identificado naturalmente, nas suas conversas iniciais quando chegam à Instituição.</p> <p>Tendo em conta o que expuseram na sessão anterior, a D. Mariana mencionou que é importante “Desenvolver a positividade e a confiança”, tendo sido apoiada pela D. Madalena que referiu “Sim, temos que voltar a acreditar que é possível e que somos capazes. Temos que ter gosto em nós próprias”. Questionei de que forma isto poderia então ser feito e a D. Celeste respondeu que seria importante voltar a acreditar nas suas capacidades, percebendo que ainda são úteis. A D. Carmen acrescentou que “É importante voltar a acreditar no nosso valor para não sermos tão inseguras”. A D. Fernanda</p>

	<p>completou “Mantendo-nos unidas e criando aqui verdadeiras amizades para melhorarmos em conjunto”. De facto, o grupo aparenta uma cada vez maior coesão, conseguindo pensar num coletivo e no melhor para todas. A D. Conceição mencionou que gostava de cuidar mais de si, de se mimar, como forma de se valorizar e sentir melhor consigo própria: “Quem me der pôr-me linda como já fui, tratar do cabelo, das unhas...”. A D. Rosa lembrou que para tal “Também é importante ter um motivo para o fazer. Para estar em casa, não preciso de pôr-me linda”. A D. Isabel contestou dizendo “Pois, esse é o nosso mal. Podemos não estar todas produzidas em casa, mas devíamos cuidar-nos mais”.</p> <p>No que respeita à inadequação/desajuste face ao mercado de trabalho, a D. Mariana referiu que gostava de melhorar os seus conhecimentos de informática, pois já não se recorda de quase nada e reconhece fundamental saber o básico. A D. Isabel mencionou saber utilizar o computador, mas não saber utilizar corretamente alguns programas fundamentais, como o <i>word</i>. A D. Madalena concordou de imediato, mencionando que tinha muito gosto em aprender, até porque “O meu filho está sempre a dizer que qualquer dia emigra e eu quero saber mexer nessas maquinetas para depois falar com ele”. Na mesma lógica, a D. Conceição referiu também gostar porque está sempre dependente que a filha esteja em casa para falar com os filhos mais velhos, que estão no estrangeiro. A D. Carmen e a D. Fernanda mencionaram já ter tido contacto com o computador nas formações que frequentaram, mas já não se recordarem. A D. Rosa e a D. Celeste referiram que seria um desafio, já que não sabem sequer ligar o computador. Foi reforçado que, tendo conhecimentos de informática, é possível desenvolver novas estratégias de procura de emprego. A D. Carmen e a D. Madalena mencionaram que seria interessante saber pesquisar ofertas de emprego na internet ou fazer o currículo. A D. Conceição referiu que, se tivesse um compromisso com alguém, com</p>
--	--

o grupo por exemplo, sente que se envolveria mais em procurar trabalhos, ainda que fossem algumas horas, face aos problemas de saúde. A D. Celeste concordou: “Se não tivermos uma meta para chegar, vamos deixando andar. Se nos comprometermos a fazer, é diferente”.

Quanto a este “deixar andar”, aliado às dificuldades em desenvolver expectativas positivas, questionei o que sentiriam necessidade. A D. Isabel respondeu “Comigo, o que me funciona é acreditar mais em mim, sentir-me importante para alguém ou alguma coisa”, sendo que isto “Dá-me vontade de continuar a tentar, mesmo que ouça não ou que as coisas corram mal”. A D. Madalena concordou que se sentir que consegue, sente que o que tem a fazer corre melhor. A D. Fernanda afirma que gosta de aprender e de estimular a sua capacidade mental, contando que diariamente tem lido e feito jogos como palavras cruzadas e *sudoku*, o que a D. Rosa disse também gostar. Neste sentido, a D. Mariana mencionou que considera que “Exercitar o cérebro faz-nos bem. Conhecer e aprender coisas novas também nos valoriza”. A D. Conceição referiu que sente falta de se divertir e fazer coisas de que gosta, já que “Faz-me sentir viva”. A D. Celeste respondeu “Pronto! Divertimo-nos juntas e é bom para todas”. A D. Carmen bem-disposta referiu “Se levarmos daqui boas amizades, já ganhamos muito”. O grupo concluiu como fundamental fortalecer as relações criadas no grupo, no sentido de encontrar um apoio para mais facilmente superar os problemas.

No que diz respeito ao problema do baixo rendimento escolar das crianças, o grupo considera necessário dar continuidade ao acompanhamento psicológico individual, como forma de superar algumas dificuldades. Recorrendo à ideia de desenvolver o trabalho em grupo com crianças, a D. Mariana referiu que a psicóloga poderia “Juntar os meninos com as mesmas dificuldades e ajudá-los, como nós aqui também funcionamos em grupo”. As restantes, com exceção

	da D. Isabel, reconhecem importância, mas não se envolvem tanto na discussão acerca deste problema e das necessidades existentes para o resolver.
Reflexão	<p>O grupo foi criando a sua própria essência e os elementos querem mantê-lo fechado. As mulheres encaram o grupo como um espaço secreto, a que só elas têm acesso e que fica em segredo. Sentem necessidade de manter estes momentos, aumentando a confiança e consolidando relações.</p> <p>Nesta sessão, vendo a D. Isabel falar aberta e espontaneamente em grupo, expondo as suas opiniões sem receios, lembrei de como foi quando o grupo se formou, em 2016, em que a D. Isabel tinha muita vergonha de se expor e pouco falava, escondia a boca com a cara por ter poucos dentes e estarem em mau estado, chorava facilmente... É notória a sua evolução, na forma de estar e de se apresentar.</p> <p>Após esta sessão, considera-se que se é essencial reforçar as competências destas mulheres, valorizando-as, tal como promovendo o seu reconhecimento e valorização pelas próprias. Tendo em conta a evolução do grupo, o desenvolvimento de um trabalho em grupo poderá ser fundamental no sentido de contrariar a fragilidade apresentada pelas mulheres, envolvendo-as e comprometendo-as, em grupo, na sua própria evolução.</p> <p>No final da sessão, senti que o problema do baixo rendimento escolar das crianças no primeiro ciclo ia sendo esquecido pelo grupo, não sendo tão espontaneamente faladas as necessidades sentidas. Este problema apenas é comum a duas das mulheres, sendo que, apesar de as restantes referirem que atribuem importância, não se envolvem da mesma forma, não se sentindo a unanimidade e compreensão que é manifesta na restante discussão.</p>

Registo 8	
Local	Instituição – Equipa RSI

Data e hora	16/03/2017; 14h30-16h30
Presenças	Todas as mulheres que constituem o grupo
Objetivos	Refletir acerca das ações a desenvolver
Estratégias	Encontro grupal; <i>Branstorming</i> ; Conversa intencional; Partilha, debate e reflexão
Descrição	<p>Após a priorização dos problemas e reflexão acerca das necessidades, pretendeu-se nesta sessão perceber o que é possível fazer, como concretizar o que tem vindo a ser discutido, a partir dos interesses do grupo.</p> <p>Desde logo, o grupo mencionou que, independentemente do que fosse feito, deveria ser em grupo, “mantendo o espírito de equipa” (D. Mariana) e “fazendo amizades” (D. Rosa).</p> <p>Neste sentido, sugeri que tudo se inicie conhecendo melhor cada uma e sobretudo reconhecendo-se nas suas capacidades e não só nas limitações, tendo em conta que declaram ter mais facilidade em perceber o que há de negativo do que positivo. O grupo concordou, tendo a D. Carmen mencionado que é importante “Lembrarmos e valorizarmos as nossas qualidades para acreditarmos mais nelas”. A D. Isabel referiu que dar continuidade a encontros em grupo para si é importante, pois “Sinto que me faz bem-estar aqui convosco, conviver, pensar nas coisas em conjunto com quem também as sente. É um alívio e também uma aprendizagem”. A D. Fernanda acrescentou que também acha importante que cada uma saiba lidar com o que se ouve e “não se deixar rebaixar pelo que os outros dizem”, lembrando que sente que as pessoas são más e preconceituosas, falando “sem conhecer o que se passa na casa de cada um”. Dando continuidade ao grupo, propus a existência de sessões com objetivos concretos, que respondam às necessidades identificadas. Uma vez que a psicóloga da equipa já se tinha disponibilizado, caso o grupo concordasse, em participar no projeto, apresentei também essa possibilidade. A D. Madalena concluiu</p>

	<p>“Podemos continuar a estar juntas aqui, no nosso cantinho, e vem também a psicóloga”. Questionei o que gostariam relativamente aos cuidados pessoais, tendo a D. Mariana respondido “Recebermos um miminho, sentirmo-nos cuidadas”. A D. Rosa completou “Poderia ser arranjar o cabelo, ou as unhas” ou “Ir a um spa” disse a D. Carmen. “Acha que conseguimos alguma destas coisas?” questionou a D. Conceição. Respondi que não poderia prometer, mas que podemos pensar e tentar. A D. Celeste mencionou que “Só ter que sair de casa para vir para aqui também ajuda, sabe. Não vimos para aqui mal-amanhadas”.</p> <p>E depois, como vamos dar continuidade? Questionei eu. A D. Madalena respondeu questionando “Depois não vamos aprender a usar o computador como falamos?”. Para isto, teríamos que conseguir desenvolver as sessões num local com computadores. A D. Mariana referiu “Também era giro fazer alguma coisa de culinária”, o que a D. Rosa logo apoiou dizendo que todas gostam e que seria proveitoso trocar saberes para todas aprenderem uma com as outras. A D. Carmen recordou que a D. Celeste tinha lançado o desafio de ainda fazer um livro.</p> <p>Quanto à procura de trabalho, o grupo considerou importante desenvolver novas estratégias e encontrar uma forma mais motivadora de o fazer, como em grupo ou através da internet.</p> <p>Considerando que a costura é outra área de interesse do grupo, desafiei o mesmo para a criação de um <i>atelier</i> de costura, mas as mulheres consideram que não seria viável. Justificaram que na freguesia onde vivem conhecem várias costureiras, referindo que muita gente tem uma na família ou recorrem aos serviços de alguma há muito tempo. As que conhecem cobram preços reduzidos, pelo que consideram que não teriam procura.</p> <p>No decurso de sessão, lembrei-me que a equipa do Programa Escolhas com intervenção na freguesia dispõe de um espaço de</p>
--	---

	<p>informática, para os cursos que desenvolve, e uma cozinha equipada, que já foi utilizada em diferentes atividades do Programa. Partilhei com o grupo, que ficou entusiasmado ao perceber que há alguma possibilidade de avançar com as suas ideias. Tendo em conta que o Programa Escolhas faz parte da mesma instituição que a equipa de RSI, o grupo solicitou que eu estabelecesse a primeira articulação para perceber se há recetividade em receber o grupo no seu espaço.</p> <p>No que diz respeito a alguma ação dirigida às crianças do 1º ciclo, até já se havia falado na possibilidade de manter o acompanhamento individual e completar com o grupal. No entanto, após a reflexão acerca deste assunto com o grupo e com a equipa, considerou-se que o grupo não está tão unânime em relação ao mesmo e que pode implicar uma “separação ou perda” do grupo, acontecendo de uma forma mais independente do que as restantes ações. O grupo assumiu que “A mim não me diz tanto” (D. Celeste) e “Se queremos fazer tudo em conjunto, a parte das crianças não tem tanto a ver” (D. Rosa). Partilhei com o grupo que, ainda que uma ação a este nível não integre este projeto, a equipa está disponível e interessada em concretizá-la de igual forma. Neste sentido, a D. Mariana referiu “Então nós podemos focar o projeto no nosso grupo”, tendo a D. Conceição completado que “Pois. Vocês (a equipa) podem fazer um outro projeto para as crianças, como outros que vão fazendo”. A D. Isabel também concordou realçando que é uma boa ideia, pois “Assim não se misturam as coisas e os nossos meninos têm na mesma o acompanhamento”.</p> <p>Quando questionei quando começar, o grupo respondeu que poderia ser na próxima sessão. Questionei se estariam disponíveis para se encontrarem semanalmente, em vez de quinzenalmente. A D. Madalena respondeu “Se é para ser, é para ser. Vamos em frente todas as semanas”. As restantes concordaram. Quanto à disponibilidade, continuam apenas a indicar preferência pelo período</p>
--	--

	<p>da tarde, em qualquer dia da semana.</p> <p>Comprometi-me a verificar com a psicóloga da equipa qual o dia compatível para as próximas sessões em que estará presente, de forma a definir um dia fixo. Se for positiva a resposta por parte da equipa do Programa Escolhas, há também necessidade de verificar o horário e dia disponível e compatível com a preferência do grupo.</p>
Reflexão	<p>O conhecimento de cada uma é fundamental para a autorreflexão, mas também para a aproximação grupal e fortalecimento de laços, considerando-se que este será um bom começo.</p> <p>O grupo manteve-se muito participativo e envolvido, manifestado interesse em estar implicado em todas as fases do projeto. As mulheres mostram-se entusiasmadas, tendo agora metas a cumprir e corresponsabilizadas para o seu cumprimento.</p>

H. REGISTOS DAS CONVERSAS INTENCIONAIS COM A EQUIPA DE RSI E COM A EQUIPA DO PROGRAMA ESCOLHAS

Registo 1	
Data	27/10/2016
Equipa	RSI
Objetivos	Dar conhecimento da autorização para a realização do projeto. Recolher o parecer da equipa. Aprofundar as perspetivas da equipa quanto à realidade de uma equipa de RSI e das famílias em acompanhamento.
Descrição	<p>Tomando conhecimento da aprovação e autorização formal por parte da instituição para prosseguir com a realização do projeto no âmbito da minha prática profissional, aproveitei uma reunião de equipa para o transmitir e abordar algumas questões pertinentes para análise.</p> <p>Assim sendo, comecei por referir que pretendia dar continuidade ao grupo já existente, formado em fevereiro de 2016. A equipa concordou, salientando que efetivamente todas as mulheres que fazem parte do grupo estavam a gostar deste tipo de intervenção, reconhecendo a importância de um espaço em que pudessem, sobretudo, partilhar e sentir-se verdadeiramente acolhidas e compreendidas. Aliás, foi referido o facto de todas elas questionarem quando voltariam a existir sessões, já que a última já tinha ocorrido em julho. Posto isto, as colegas de equipa deram um parecer positivo quanto à realização de um projeto com estas mulheres. Manifestaram a possibilidade de apoio e intervenção por parte da equipa, se assim for necessário.</p> <p>Nesta conversa, procurei também reavivar as perceções da equipa no que diz respeito à medida, à forma como sente que é vista a sua intervenção pelas famílias e no que se refere aos constrangimentos que identificam no decurso da intervenção.</p>

	<p>Apesar das limitações da medida, a equipa considera que a mesma é necessária até que algumas famílias voltem a conseguir ter os seus próprios recursos e possam ser apoiadas na resolução dos seus problemas. No entanto, para muitas famílias, dada a dificuldade na reintegração profissional, o RSI vai persistindo, perdendo o carácter transitório.</p> <p>A própria equipa considera que para algumas famílias é vista como um meio/recurso de articulação com o ISS, que cumpre orientações e procedimentos e procura ajudar, tendo uma atuação positiva no seu quotidiano. No entanto, considera que outras famílias entendem a equipa como uma fiscalização e desvalorizam a intervenção, sendo mais difícil chegar a elas. Esta diferenciação poderá estar relacionada com a forma como as diferentes pessoas lidam com o facto de ter que recorrer e depender de apoios e intervenções sociais. No que diz respeito ao cumprimento dos objetivos da intervenção, a equipa considera que estes se vão concretizando, com exceção dos que estão associados a questões formativas ou profissionais, por escassez e inadequação da oferta, decorrente da conjuntura económica do país, da crescente modernização e conseqüente desadaptação das qualificações das pessoas. Neste sentido, a equipa pensa que o que depende diretamente do seu trabalho tem resultados mais positivos e visíveis, como o desenvolvimento de competências pessoais e sociais, a constante sensibilização e consciencialização, assim como o apoio na adaptação a mudanças e a resolução de problemas/dificuldades que vão surgindo nas vidas das famílias. Todavia, salienta que se continua a verificar a insuficiência de recursos e verbas, bem como reconhece a necessidade de alterações políticas e institucionais. Ou seja, para que os objetivos da medida e da intervenção sejam completamente alcançados, considera-se que seriam necessárias alterações de nível mais macrossistémico.</p> <p>Quanto aos constrangimentos sentidos, falou-se do facto de existirem</p>
--	---

	<p>neste trabalho lógicas institucionais de alguma forma estandardizadas, uma burocracia exigente/rígida e a avaliação ser maioritariamente feita através de indicadores quantitativos e não qualitativos. Pontuou-se, ainda, as limitações na articulação com outros serviços, que conduzem a situações de multiassistência, bem como as escassas verbas e recursos disponíveis. Desta forma, concluiu-se que nem sempre é fácil manter o equilíbrio entre o respeito pelo ritmo e as necessidades das pessoas e o cumprimento das exigências do serviço. Constata-se também que há falta de mais tempo para a intervenção com as famílias, em detrimento do tempo passado com burocracias e procedimentos informáticos.</p> <p>Falando acerca das famílias em acompanhamento, percebeu-se uma vez mais que existem muitas situações de famílias constituídas apenas por uma pessoa, em consequência de divórcios, dependências e desemprego. Em grande parte destas situações, denota-se a progressiva diminuição de contactos. Algumas pessoas revelam incluir que tinham gosto por (re)constituir família, contudo os rendimentos que apresentam são tão escassos quanto as suas perspetivas de melhorias. Neste sentido, não há condições para, por exemplo, saírem, conhecerem outras pessoas, terem diferentes encontros, o que já foi revelado por algumas destas pessoas.</p> <p>O desemprego continua a ser um dos principais problemas relatados pelas famílias, embora seja este também o mote para o requerimento de RSI. A reintegração profissional assume-se como uma das principais dificuldades, verificando-se ter associadas, sobretudo, as baixas qualificações (que diferenciam do mercado de trabalho, que exige cada vez mais), a idade, os problemas de saúde e os transportes. No que se refere a esta última, as famílias apresentam maiores queixas relativamente ao período da noite e madrugada. Revelam que não têm transportes suficientes e adequados para fazer face a trabalhos em que, por exemplo, os horários sejam divididos por turnos, que</p>
--	---

	<p>comecem muito cedo (antes ou até às 7h/8h) ou terminem mais tarde (a partir da meia noite).</p> <p>No âmbito das últimas referências/pedidos para o acompanhamento psicológico por parte da equipa, abordou-se o facto de alguns pais referirem ou manifestarem dificuldades na educação dos seus filhos e na promoção da sua autonomia. Por conseguinte, têm sido notórias as dificuldades de integração e adaptação de várias crianças ao 1º ciclo, seja porque ainda não teriam adquirido as competências e aprendizagem necessárias, seja porque estão demasiado dependentes dos pais (sobretudo das mães) e sofrem com o afastamento e entrada num outro ambiente, que ainda não sentem como seguro e protetor.</p>
--	---

Registo 2	
Data	12/01/2017
Equipa	RSI
Objetivos	Partilha e reflexão acerca dos problemas identificados pelo grupo
Descrição	<p>Após a identificação dos problemas sentidos pelo grupo, partilhou-se com a equipa que, de uma forma geral, vão ao encontro daqueles que tínhamos falado na última conversa. O grupo foi mais concreto na identificação dos seus próprios problemas, trazendo algumas mais específicos, como a instabilidade nas relações conjugais, a desmotivação e a desvalorização pessoal, a insuficiência de cuidados de imagem pessoal e a discordância com alguns aspetos da lei.</p> <p>O baixo rendimento escolar no 1º ciclo de escolaridade foi identificado pela D. Isabel e D. Mariana, estando os seus filhos a beneficiar do acompanhamento por parte da psicóloga da equipa. A equipa refletiu que no presente é o principal motivo do maior número de acompanhamentos psicológicos da psicóloga da equipa, bem como têm sido crescentes os pedidos de ajuda por parte das famílias/pais e sinalizações por parte das escolas/professores. De acordo com a psicóloga da equipa, os principais problemas encontrados nas suas</p>

	<p>avaliações referem-se às seguintes áreas: leitura e escrita, comportamento, concentração, emoção, relacionamento, assertividade, gestão de conflitos, maturidade e autonomia. As crianças que apresentam estes problemas encontram-se em acompanhamento, a nível individual, no entanto, pelo menos em alguns deles, as mesmas beneficiariam de uma abordagem grupal, a par da intervenção com outros elementos das redes de suporte das crianças (pais, familiares, vizinhos, escola), dotando-os de mais capacidades e estratégias que influenciem positivamente o desenvolvimento das crianças.</p> <p>Além destes problemas, a equipa identifica a multiassistência que se verifica junto de várias famílias que beneficiam de acompanhamento por diferentes serviços em simultâneo, nomeadamente a CPCJ ou EMAT, USF, escolas, serviços de especialidade e/ou equipa ELI, embora o mesmo não se verifique entre estas oito mulheres. Por vezes, a existência de vários serviços faz com que as famílias se tenham que deslocar a diferentes equipamentos para atendimentos, provoca a definição de objetivos de intervenção distintos ou sobrepostos, e ainda origina diferentes orientações. De modo a resolver este problema, a equipa sente necessidade de promover uma maior articulação entre os vários serviços, de forma a rentabilizar os recursos e a intervenção. Neste sentido, tem desenvolvido um maior número de contactos e reuniões conjuntas, nomeadamente na presença das famílias. Os encontros decorrem no próprio serviço onde a equipa desenvolve funções ou num equipamento de um dos outros serviços envolvidos. Antecipadamente, procura-se mediar e ajustar disponibilidades, o que acarreta um esforço por parte de todos os serviços. Reconhece-se vantagens neste tipo de ação, pelo que se pensa que a sua continuidade contribuirá para a resolução deste problema, que já vem sendo diminuído.</p> <p>No decurso do seu trabalho, a equipa tem sentido que um dos</p>
--	---

	<p>principais problemas é a crescente burocratização dos processos sociais. Efetivamente, são cada vez mais as exigências burocráticas e as lógicas estandardizadas colocadas ao trabalho desenvolvido pela equipa. Cumulativamente, a avaliação a que a equipa está sujeita pelo serviço da Segurança Social, semestralmente, é maioritariamente quantitativa. Assim, a rigidez de procedimentos e a necessidade de justificar a intervenção (através de números concretizados) condicionam a possibilidade de ter mais tempo para a intervenção com as pessoas, tal como de promover mais ações que as envolvam verdadeiramente.</p> <p>Ainda no que se refere às famílias, além dos problemas, a equipa também reconhece potencialidades, como a capacidade de ajustamento, o imprevisto e o “desenrasque” perante as situações, a capacidade para ir aguentando os desafios que a vida lhes coloca, assim como a entreatuda e a solidariedade, o que as próprias famílias também vão identificando nos seus discursos.</p>
--	--

Registo 3	
Data	09/03/2017
Equipa	RSI
Objetivos	Partilha do que tem vindo a ser trabalhado com o grupo. Pedido de parecer quanto a uma preocupação específica.
Descrição	Tendo já decorrido novas sessões com o grupo em que se priorizaram os problemas e de identificaram as necessidades, partilhei as conclusões do grupo com a equipa. A equipa reconhece o potencial do grupo no que diz respeito à tomada de consciência e reflexão acerca dos seus problemas e necessidades, valorizando a importância de uma intervenção de proximidade e em grupo, como a que está ser desenvolvida. O próprio grupo estimula o pensamento e a partilha de opiniões entre todas, o que faz com que cada uma das desenvolva a (auto)reflexão acerca da sua própria vida.

	<p>Uma vez mais a equipa mostrou-se disponível em apoiar no desenvolvimento do projeto. Além de se assumir como minha retaguarda para garantir a minha maior disponibilidade para a intervenção com o grupo, a equipa mantém o interesse em acompanhar o desenho e desenvolvimento do projeto. Atendendo às necessidades identificadas pela equipa, a psicóloga da equipa disponibilizou-se para a co-dinamização de sessões que visem desenvolver a autoestima do grupo.</p> <p>Por fim, partilhei a minha preocupação sentida acerca do problema do baixo rendimento escolar das crianças do 1º ciclo não estar a ser sentido por todas as mulheres da mesma forma e ser notório que o seu envolvimento no que diz respeito à reflexão sobre o mesmo ser menor. Posto isto, tendo em conta o limite temporal escasso do projeto e a necessidade de mais tempo para o trabalho com as crianças e para a evolução das mesmas, a equipa foi de opinião que uma ação a este nível poderia não integrar este projeto, mostrando-se igualmente disponível para seu desenho e desenvolvimento, sem pressões ou <i>timings</i> a cumprir. Um outro aspeto refletido tem a ver precisamente com o facto de implicar uma ação dirigida a crianças, para a qual nem todos os elementos do grupo se sentem implicados. O seu desenvolvimento, com a participação e envolvimento do grupo, poderia implicar uma perda de interesse ou colocar em causa a coesão do grupo, considerando que apenas duas das mulheres se reconheceriam nesta ação, ou a sentiriam realmente como prioritária e necessária.</p>
--	---

Registo 4	
Data	20/03/2017
Equipa	RSI
Objetivos	Planear a Ação 1, recorrendo ao parecer da psicóloga da equipa
Descrição	Considerando que a psicóloga da equipa participará em algumas

	<p>sessões da Ação 1, pensei envolver a mesma na planificação das mesmas. Lembrei que, tal como tenho partilhado, as sessões com o grupo se desenvolvem de uma forma muito espontânea, em forma de conversas em que são refletidos diferentes assuntos. Em praticamente todas as sessões, além de partilharem e refletirem acerca do que é proposto, trazem sempre partilhas próprias e espaço para as mesmas acontecerem é fundamental. Comentei com a colega que, na minha opinião, poderíamos definir uma planificação, como forma de termos uma linha orientadora e objetivos para cada sessão. No entanto, não podemos esquecer da essência do grupo e na necessidade de lhe ser dado espaço para manterem a sua espontaneidade e naturalidade. A capacidade de improviso fica agora do nosso lado, devendo aproveitar os momentos do grupo para procurar responder às suas próprias necessidades.</p> <p>Posto isto, em conjunto, pensamos em possíveis exercícios de dinâmica de grupo e possíveis formas de promover a reflexão em grupo, assim como definimos também um conjunto de objetivos que permitam orientar as sessões (Apêndice M).</p> <p>Verificando disponibilidades de horários entre as duas, tendo em atenção a preferência do grupo (período da tarde), concluímos que o dia ideal para o desenvolvimento das sessões seria a quinta-feira.</p>
--	--

Registo 5	
Data	22/03/2017
Equipa	Programa Escolhas
Objetivos	Verificação da possibilidade de trabalho em rede com a Equipa de Escolhas, procurando através desta a confirmação de um recurso necessário ao desenvolvimento do projeto.
Descrição	Da mesma Instituição em que a equipa de RSI desenvolve funções faz parte uma equipa no âmbito do Programa Escolhas, cuja intervenção se desenvolve na mesma freguesia em que residem as “Mulheres

	<p>Anónimas”, com crianças a partir dos 6 anos e adultos. Esta equipa ocupa um espaço cedido pela Câmara Municipal, sendo este espaço partilhado e dividido com uma associação local. A equipa desenvolve ações em espaços próprios, como sala polivalente e espaço de informática, mas também na cozinha e no espaço exterior, que estes últimos também utilizados pela associação.</p> <p>Em conversa com as colegas, informou estar a desenvolver o projeto em conjunto com um grupo de mulheres, que tem manifestado gosto por áreas como a informática e a culinária. Neste sentido, tendo em conta o espaço e recursos que têm disponíveis, seria fundamental a colaboração do Programa para a prossecução das ações. A equipa mostrou-se muito disponível, referindo de imediato que aceita a proposta e reconhecendo a mesma como uma mais-valia, no sentido em que as suas ações também seriam mais divulgadas e poderiam conseguir chegar a mais pessoas, no âmbito da sua intervenção.</p> <p>A monitora de informática mencionou que neste momento não tem nenhum grupo constituído para o curso de competências básicas de informática, pelo que estaria disponível para iniciar com este grupo, de uma forma simples e descontraída, respeitando o ritmo e necessidades do mesmo.</p> <p>Expus à equipa do Programa Escolhas o que tem vindo a ser desenvolvido com o grupo e o que o mesmo sente necessidade e teria gosto em fazer. Estando pendente a definição de alguma atividade que fosse direcionada aos cuidados de imagem pessoal, a monitora de informática contou que já trabalhou num cabeleireiro como <i>manicure</i> e que ainda há pouco tempo fez uma sessão com um grupo de mulheres que acompanha. Neste sentido, mostrou disponibilidade para o fazer, caso o grupo queira.</p> <p>No que diz respeito a disponibilidades, a equipa mencionou que se encontra na freguesia semanalmente às terças e quintas todo o dia e quinzenalmente às quartas de tarde. Informou-se a preferência das</p>
--	---

	<p>mulheres pelo período da tarde. No entanto, à quinta-feira de tarde a equipa tem a decorrer uma ação, pelo que não tem disponibilidade. De forma a dar continuidade semanal, o dia ideal é a terça-feira, ficando igualmente disponível a quarta-feira, quinzenalmente, sempre que se justificar alguma adaptação. De forma a corresponder disponibilidades, comprometi-me a ajustar-me, com o imprescindível apoio da equipa de RSI.</p>
--	--

Registo 6	
Data	23/03/2017
Equipa	RSI
Objetivos	Partilha e reflexão com equipa
Descrição	<p>Em conversa com a equipa, partilhei o que tem vindo a ser discutido e decidido com o grupo. Já tendo informado a participação da psicóloga, partilhei com as restantes o que foi definido com a mesma. As restantes colegas deram as suas opiniões, enriquecendo a planificação e reflexão acerca da importância da adequação desta sessões ao grupo.</p> <p>Partilhei também com as colegas o resultado da articulação com a equipa do Programa Escolhas, o que foi valorizado. A equipa de RSI considerou que este é sem dúvida um ótimo recurso, até porque o grupo ficará a conhecer um novo espaço e serviços a que pode recorrer, para si, para os seus filhos ou para sugerir a familiares e conhecidos. Além disso, é um espaço que aproxima o grupo da sua comunidade, sendo no centro da freguesia em que residem, tendo associações, escolas e comércio à sua volta. Concluiu-se que a partir deste trabalho, poderá ficar aberta a possibilidade de concertar as intervenções, num trabalho articulado entre ambas as equipas, até porque a equipa acompanha várias famílias que usufruem do espaço e participam em ações do Programa Escolhas.</p> <p>Quanto à culinária e informática, a equipa considerou que sendo</p>

	<p>áreas de interesse do grupo, certamente se vão envolver ativamente, até porque se tem apercebido do seu entusiasmo. A educadora social, que é técnica gestora do processo de RSI da maioria das mulheres que constituem o grupo, mencionou que, nos atendimentos individuais, as mesmas têm valorizado o que têm vindo a desenvolver, mostrando-se interessadas. Esta colega também considerou que, pelo que tem ouvido, pensa que a área do emprego é aquela que parece mais esquecida, pois revelam uma maior motivação para o que se relaciona com aprender a utilizar o computador e partilhar e experimentar receitas culinárias.</p>
--	---

Registo 7	
Data	29/03/2017
Equipa	Programa Escolhas, com a presença da coordenadora da Instituição
Objetivos	Conhecimento e autorização por parte da coordenadora da Instituição
Descrição	<p>Após o contacto com a equipa do Programa Escolhas e verificação da sua disponibilidade, contactei a coordenadora da Instituição no sentido de lhe dar conhecimento e solicitar o seu parecer e autorização para este trabalho articulado entre as duas “valências”. A coordenadora manifestou interesse em saber mais e perceber de que forma isto poderia acontecer, tendo sido agendada uma reunião entre mim, a equipa do Programa Escolhas e a coordenadora.</p> <p>Partilhei o trabalho que tem vindo a ser feito com o grupo e justifiquei a necessidade desta articulação com o facto de a equipa do Programa Escolhas dispor dos espaços e recursos necessários para dar continuidade ao projeto, de acordo com os reais interesses e necessidades do grupo. Trata-se, assim, de uma rentabilização de recursos, de forma a potenciar intervenções. A equipa do Programa Escolhas reconheceu também o potencial deste trabalho articulado, conforme já havíamos falado.</p> <p>A coordenadora concordou e reconheceu esta como uma boa prática.</p>

	Em conjunto, rentabilizando os recursos de ambas as equipas, poderemos melhorar a intervenção desenvolvida por cada uma.
--	--

Registo 8	
Data	06/07/2017
Equipa	RSI
Objetivos	Avaliação do projeto
Descrição	<p>Desde o início, a equipa sempre foi acompanhando o desenho e desenvolvimento do projeto e refletindo acerca do mesmo, assim como considerando que mantém o acompanhamento às mulheres que constituem o grupo e às suas famílias. Assim, fez-me todo o sentido perceber de que forma a equipa avaliou o projeto, de modo a serem incluídas as suas perceções na avaliação final do mesmo.</p> <p>Neste sentido, a equipa valorizou a capacidade revelada pelas mulheres de conversar e partilhar em grupo, expondo as suas opiniões e participando nos momentos de discussão e partilha, considerando que a mesma estimulou o auto e hétero conhecimento, nomeadamente pela identificação e reconhecimento de competências e qualidades pessoais e grupais. Foi também apreciada a existência de uma maior confiança e segurança pessoal e grupal, com consequentes ganhos ao nível da participação, envolvimento e motivação do grupo nas diferentes atividades. A equipa revelou considerar que a (auto)confiança e valorização promoveram uma maior descontração, libertação e autenticidade das mulheres, com efeitos positivos ao nível da autoestima e reconhecimento de si próprias. Nesta lógica, a equipa referiu que a partilha, o convívio e a interação permitiram contrariar o isolamento, promovendo a identificação grupal, assim como estimular a vontade de conviver e a criação de relações. Além disto, concluiu-se como positivo o desenvolvimento de ações a partir dos seus interesses relevados pelo próprio grupo.</p> <p>Em suma, a equipa considera que o desenvolvimento do projeto</p>

	<p>produziu melhorias ao nível do acompanhamento psicossocial destas mulheres e suas famílias. Este é um fator que impulsiona a reflexão acerca da possibilidade de repensar e reestruturar intervenções, mas é também apontada a dificuldade em manter o cumprimento de procedimentos, nomeadamente no que diz respeito à burocratização associada ao trabalho da equipa.</p>
--	--

I. ESTUDO DA REALIDADE DAS FAMÍLIAS EM ACOMPANHAMENTO PELA EQUIPA DE RSI

A equipa em foi desenvolvido o projeto está responsável pelo acompanhamento de, pelo menos, 180 famílias beneficiárias da prestação de RSI. No entanto, este número é variável, de acordo com a necessidade de entrarem novas famílias para acompanhamento ou saírem outras.

Neste apêndice, apresenta-se o tratamento estatístico referente à caracterização das 202 famílias em acompanhamento, as quais totalizam 515 pessoas. Destas famílias, 5 são de etnia cigana.

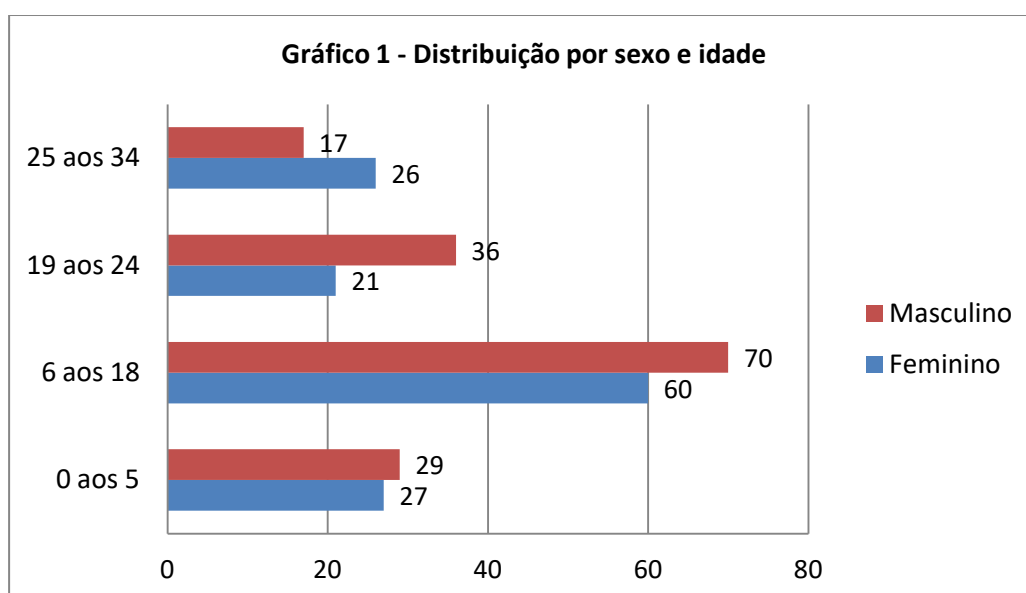
A análise incluiu treze variáveis: o sexo, a idade, a tipologia de família, a dimensão das famílias, as habilitações literárias dos adultos, a ocupação dos adultos, o emprego, o desempregado, a escolaridade dos menores, alguns problemas relativos a menores, as condições habitacionais e outros problemas ainda não considerados (violência doméstica, alcoolismo, toxicodependência, problemas de saúde e detenções).

No final, o último gráfico diz respeito à análise estatística dos motivos que levaram à cessação da prestação do RSI e conseqüentemente à saída de acompanhamento de mais 399 famílias, nos últimos seis anos.

No que diz respeito ao sexo destas pessoas, verifica-se que existe uma distribuição idêntica entre o sexo feminino (n=262; 50.9%) e o masculino (n= 253; 49.1%). As faixas etárias mais representadas são entre os 6 e os 17 anos (n=130; 25.2%) e entre os 35 e os 54 anos (n=138; 26.8%), verificando-se nesta última categoria uma acentuação do sexo feminino (n=82; 15.9%). Relativamente à idade, existem 186 menores (36.1%) e 329 adultos (63.9%), com mais de 18 anos. No que respeita às crianças, mais do dobro tem entre 6 e 17 anos (n=130; 25.2% do total de pessoas e 69,9% das crianças e jovens). Quanto aos adultos, mais do dobro tem entre 35 e 64 anos (n=224; 43.5% do total das pessoas e 68.1% dos adultos) (Quadro 1 e Gráfico 1).

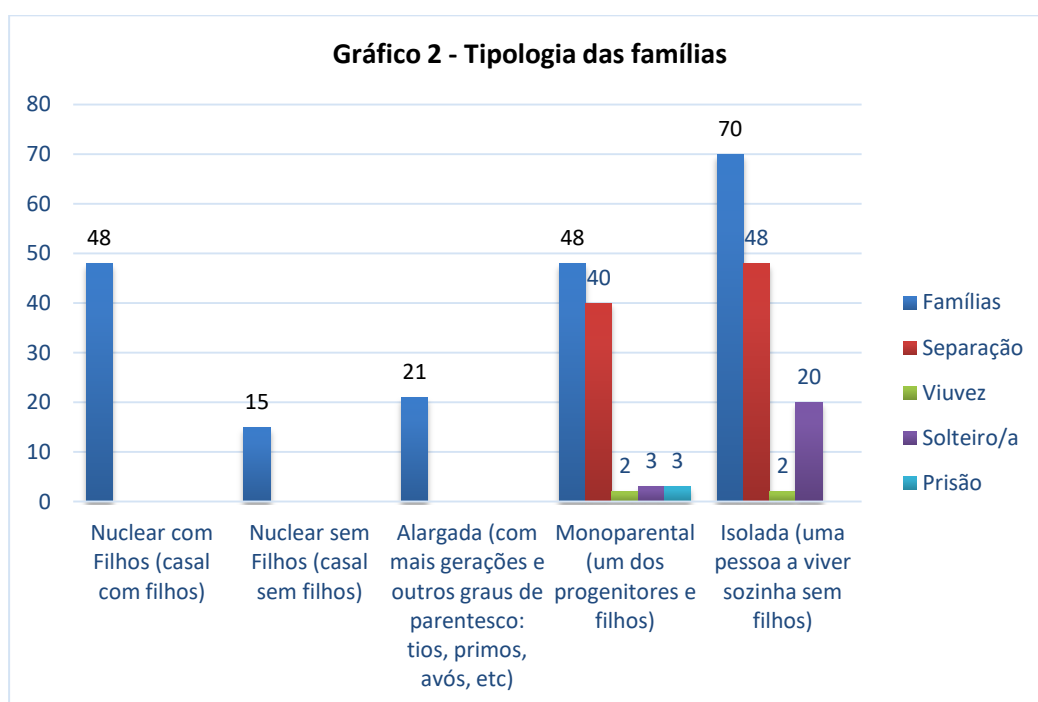
Quadro 1 – Sexo e Idade

	0-5	6-17	18-24	25-34	35-54	55-64	65 e mais	Total (sexo)	Total % (sexo)
Masculino	29	70	36	17	56	43	2	253	49,1%
Feminino	27	60	21	26	82	43	3	262	50,9%
Total (idade)	56	130	57	43	138	86	5	515	100%



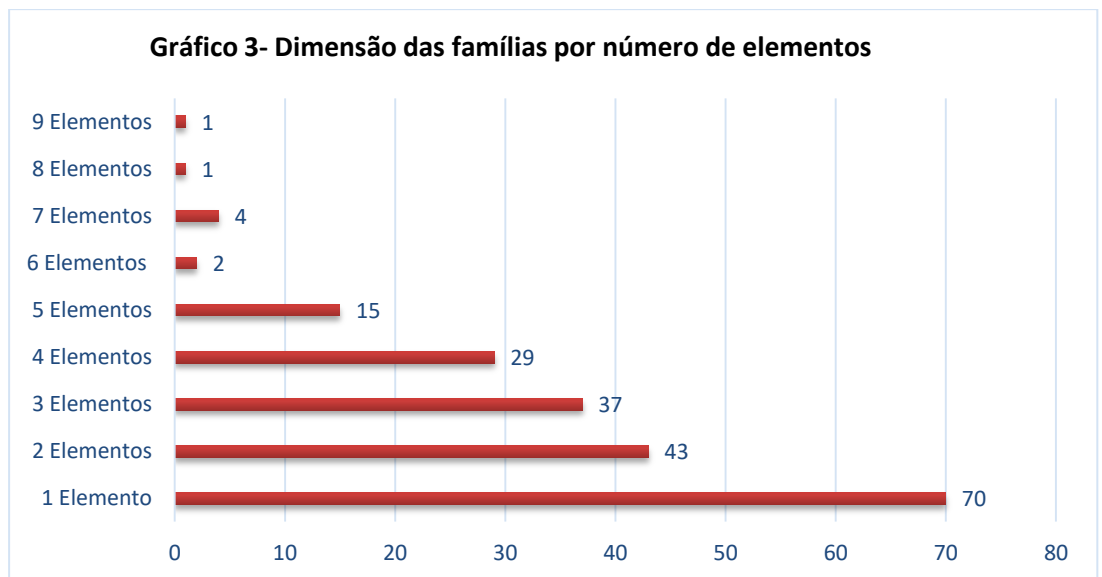
A tipologia de família predominante é a isolada, ou seja, pessoas que vivem sozinhas, sem filhos (n=70 famílias; 34.7%), sendo que a maioria existe por separação/divórcio (n=48; 23.8%) e as restantes por manutenção da situação de solteiro (n=20; 9.9%) ou viuvez (n=2; 1%) (Gráfico 2). Importa referir que a maioria destas famílias (n=45; 22.3%) é representada pelo sexo masculino e que 19 destes homens têm problemas como o alcoolismo e a toxicod dependência. As famílias isoladas representadas pelo sexo feminino são 25 (12.4%) e 3 destas mulheres têm os problemas referidos.

Seguem-se, em igual número, as famílias nucleares com filhos (n=48; 23.8%) e as famílias monoparentais (n=48; 23.8%). Quanto a estas últimas, observa-se que a sua origem se deve maioritariamente a situações de separação/divórcio (n=40; 19.8%), sendo as restantes por viuvez (n=2; 1%), por a progenitora ser solteira (n=3; 1.5%) e por prisão do cônjuge (n=3; 1.5%); apenas uma é masculina (por separação). As restantes famílias são nucleares sem filhos (n=15; 7.4%) ou alargadas (n=21; 10.4%) (Gráfico 2). Entre estas e as famílias nucleares com filhos, 10 são recompostas, produto da restituição de laços conjugais depois de divórcios ou separações.

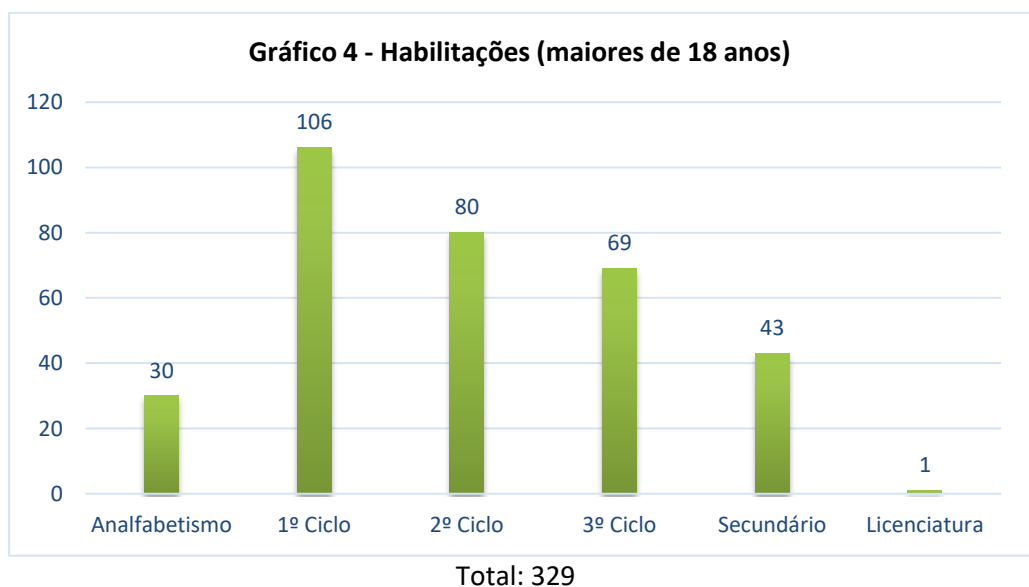


Tipologias de acordo com a conceção de Almeida, Machado, Capucha e Torres (1995)

As famílias constituídas por um elemento encontram-se, assim, em maior escala (n=70; 34.7%). Existem 43 famílias com dois elementos (21.3%), 37 com três elementos (18.3%), 29 com quatro elementos (14.4%) e 15 com cinco elementos (7.4%). Há apenas oito famílias mais numerosas (4%), sendo duas constituídas por seis elementos, quatro por sete elementos, uma por oito elementos e outra por nove elementos (Gráfico 3).



No que se refere às habilitações literárias, a maioria dos adultos (a partir dos 18 anos, n=329) completou apenas o 1º ciclo de escolaridade (n=106; 32.2%) ou o 2º ciclo (n=80; 24.3%) e existem situações de analfabetismo (n=30; 9.1%). É de reforçar que ainda o número significativo de adultos que completaram o 3º ciclo de escolaridade (n=69; 21%) ou o ensino secundário (n=43; 13.1%), havendo ainda um adulto habilitações ao nível do ensino superior (Gráfico 4).

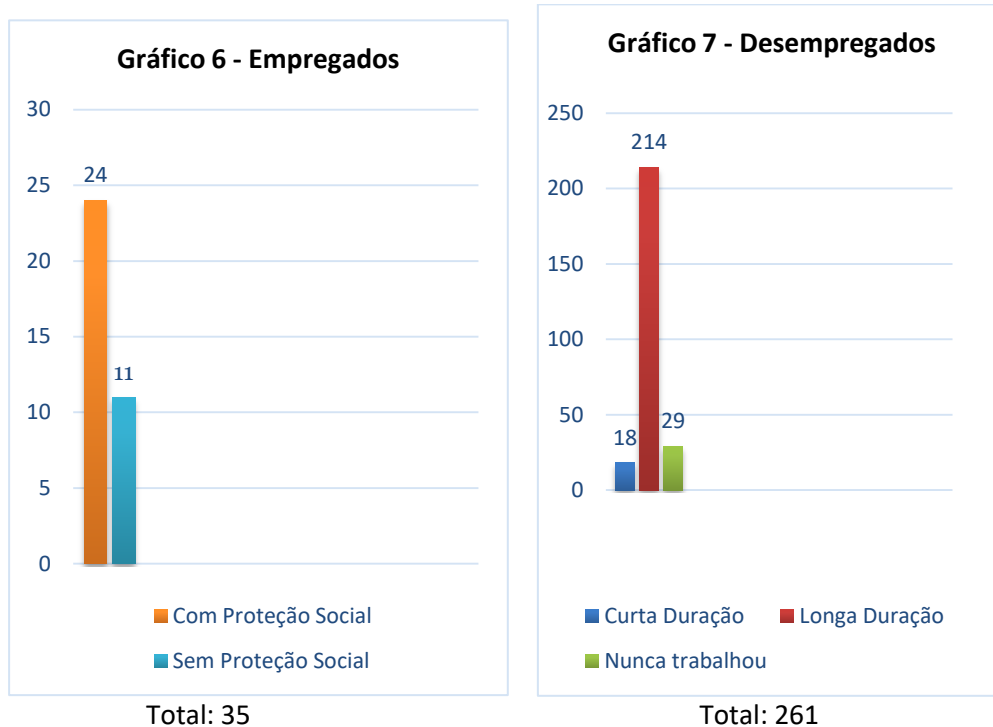


Quanto à ocupação dos 329 adultos, 261 encontram-se desempregados (79.3%), 35 exercem atividade profissional (10.6%), 22 frequentam formação profissional (6.7%) e cinco frequentam o ensino superior (1,6%), existindo também seis pensionistas (1.8%) (Gráfico 5).

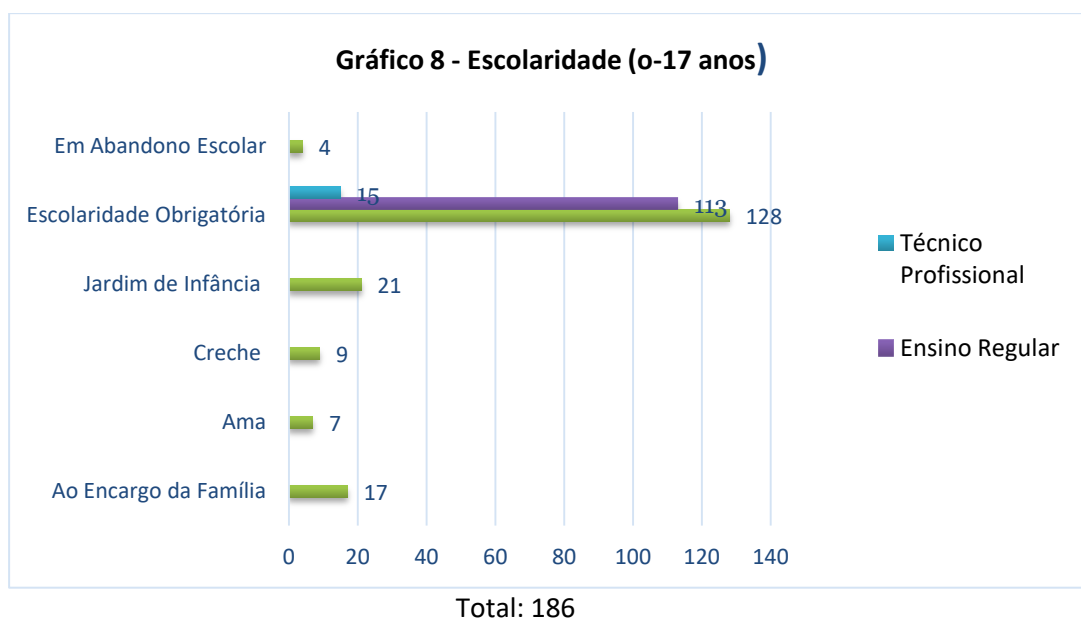


Quanto aos 261 desempregados, 214 encontram-se em situação de longa duração (65%), 18 de curta duração (5.5%) e 29 nunca trabalharam (8.8%) (Gráfico 7). Dos 35 empregados, é de mencionar que 24 têm proteção social (7.3%) e 11 trabalham sob a forma de economia informal (3.3%) (Gráfico 6). É de referir que, cada uma das pessoas que trabalha e cada uma das que é pensionista pertence a uma família; portanto, existem 161 famílias em que todos os adultos estão desempregados e sem outros rendimentos (embora possam estar a frequentar formação ou ensino superior), sendo de salientar que 68 destas são famílias constituídas apenas por uma pessoa, a viver sozinha. Como pode verificar-se, o número de adultos desempregados é substancial, sendo que o desemprego “(...) tende a diminuir os recursos (...) o que, se estiver correlacionado com o baixo nível académico a longo prazo, reforça mais as limitações económicas” (Cadima, Peixoto, & Leal, 2009, p. 176). O trabalho informal é uma alternativa para algumas destas famílias, mas

implica ausência de direitos por falta de vínculo laboral (Sousa, Hespanha, Rodrigues & Grilo, 2007).

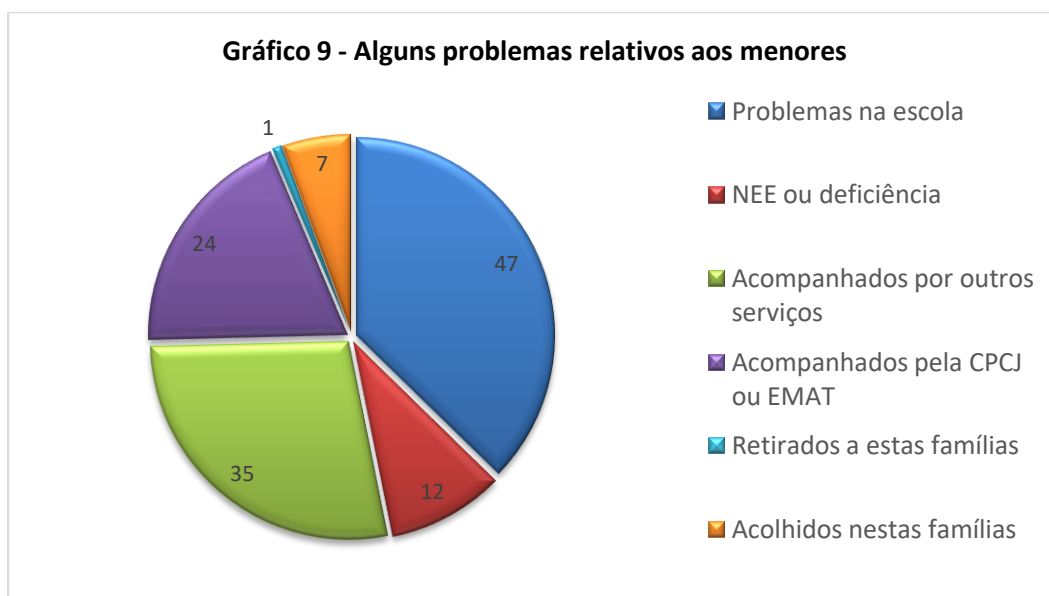


Relativamente às 186 crianças e jovens (0-17 anos), 128 frequentam a escolaridade obrigatória (68.8%), 113 através do ensino regular (60.7%) e 15 através do técnico profissional (8.1%); embora possam contar com reprovações, encontram-se dentro do limite da idade para frequência daquele nível de escolaridade. Dos restantes, nove estão integrados em creche (4.8%), 21 em jardim-de-infância (11.3%) e sete em ama (3.8%). De referir que 17 crianças com menos de três anos encontram-se ao encargo da família (9.1%), sem frequentar equipamento educativo, nove por opção e oito por ausência de respostas, devido ao número insuficiente de vagas em creche. Verificam-se ainda 4 situações de abandono escolar (2.2%), sendo estes jovens de etnia cigana (Gráfico 8).

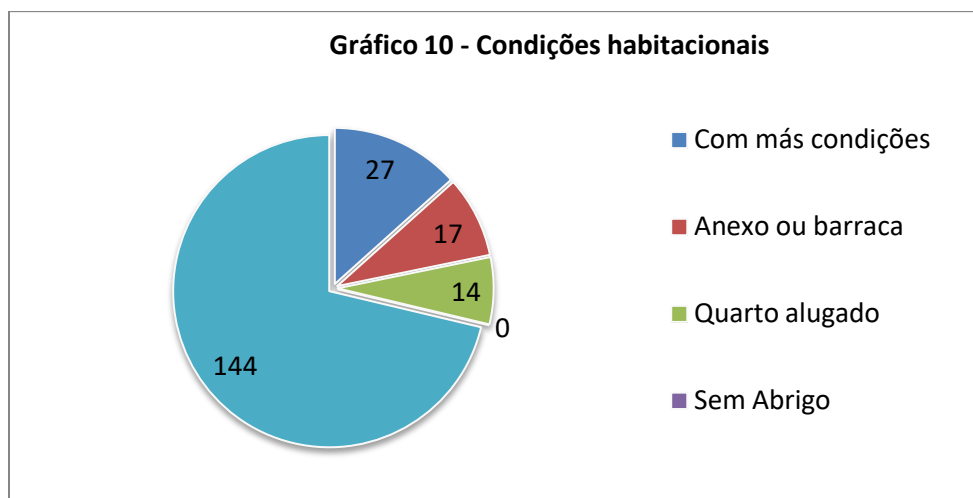


Das 186 crianças e jovens, 47 apresentam problemas na escola (25.3%), sendo 24 crianças do 1º ciclo (12.9%). Os problemas identificados pelos professores e pela Psicóloga da equipa são as dificuldades de aprendizagem, os problemas de comportamento, o desinteresse, os problemas de relacionamento, as dificuldades na gestão de conflitos, as dificuldades de concentração, a imaturidade e a ansiedade em contexto escolar. Alguns destes menores (n=12) encontram-se em acompanhamento pela Psicóloga da equipa e os restantes (n=35) são acompanhadas por outros serviços/especialidades, como a equipa ELI, a terapia da fala, a terapia ocupacional, a consulta de desenvolvimento, a pedopsiquiatria e a psicologia em contexto hospitalar. Das 186 crianças e jovens, 12 têm necessidades educativas especiais ou deficiência (6.5%), sendo quatro do 1º ciclo, e 24 têm medida em acompanhamento pela CPCJ ou EMAT (12.9%). Sabe-se também que existem nestas famílias sete crianças em acolhimento por terem sido retiradas aos seus pais, com medida aplicada junto de outro familiar (um junto de tia e seis junto de avó), e uma criança em acolhimento institucional (Gráfico 9). Face a estes dados, considera-se que a intervenção precoce é crucial, como medida preventiva e sobretudo pelo seu propósito de “(...) responder de uma forma atempada e eficaz à diversidade e à complexidade dos problemas que se põem às crianças (...)” (Bairrão, 1994, p. 38). É

ainda de mencionar que a necessidade destas famílias de acompanhamento por diferentes serviços e entidades, por vezes, gera situações de multiassistência.

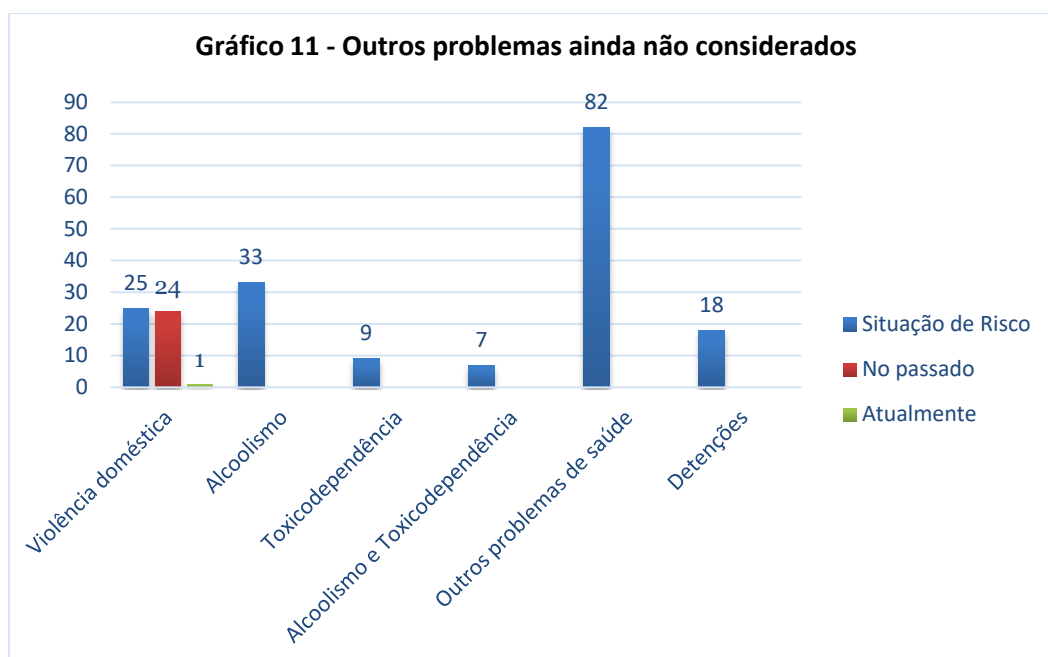


A maioria das famílias (n=144; 71.3%) reside em habitações com razoáveis ou boas condições de habitabilidade, sendo destas 43 habitações sociais. No entanto, 27 famílias vivem com más condições de habitabilidade, conforto e salubridade (13.4%), somando-se ainda 17 que vivem em anexos/barracas (8.4%) e 14 em quarto alugado (6.9%) (Gráfico 10). As famílias que não vivem em habitação social, geralmente, manifestam dificuldades em cumprir com as condições e exigências do mercado de arrendamento. As más condições refletem a falta de serviços básicos, como água, luz e casa de banho, assim como a degradação e má conservação das casas. Considerou-se ainda como más condições as situações de sobrelotação, em que o número de divisões não é compatível com o número de elementos do agregado familiar, com implicações na privacidade e intimidade.



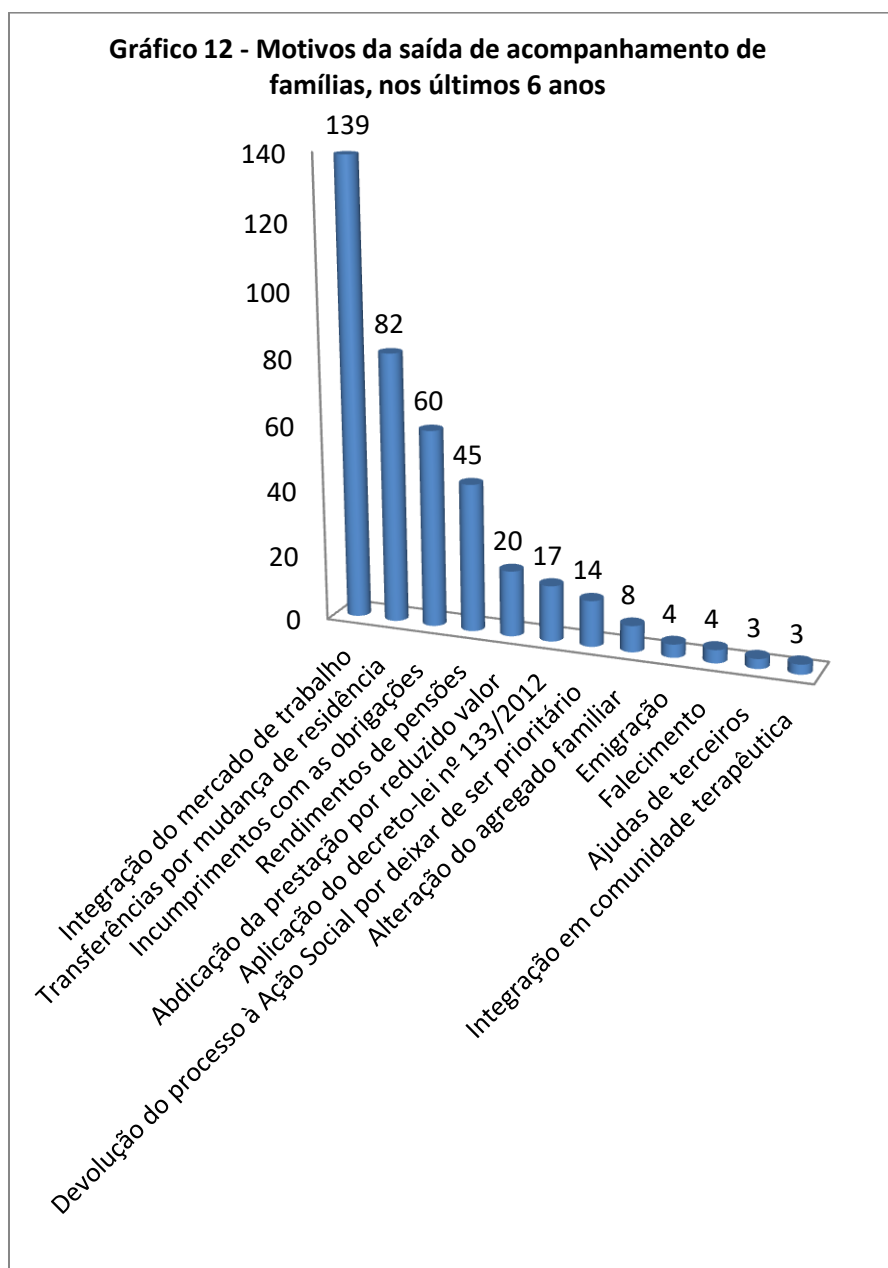
Algumas famílias assumem discussões e conflitos conjugais mais comuns do que outras, mas garantem não existir violência, de qualquer das suas formas. Contudo, são identificadas 24 famílias que vivenciaram situações de violência doméstica no passado e uma que vivencia no presente, na forma psicológica. Entre os adultos, 33 apresentam dependência do álcool (10%), nove de drogas (2.7%) e sete acumulam ambas as dependências (2.1%) (Gráfico 11). A situação de vulnerabilidade, sobretudo associada ao desemprego, acarreta uma maior dificuldade sobretudo para os homens em constituir família e um maior risco de divórcio ou separação, incorrendo, várias vezes, em consumos de álcool ou drogas, conforme é referido por Paugam (2003).

Verifica-se também a existência de problemas de saúde diversos em 82 pessoas, como diabetes, hipertensão, colesterol, hepatite, visão, audição, AVC, úlceras, VIH, depressão, ansiedade, entre outros. Assiste-se igualmente a situações de cumprimento de pena em prisão de elementos das famílias (quer do pai, da mãe ou de irmãos), devido a assaltos, tráfico de droga, condução sem carta, entre outros, sendo 12 no passado e seis no presente (5.5%) (Gráfico 11).



Além das famílias que em acompanhamento, ao longo dos últimos seis anos, a equipa acompanhou mais 399 famílias, que, por diversos motivos, deixaram de receber a prestação do RSI, deixando de ser acompanhadas pela equipa. Uma análise documental genérica aos registos de saída destes processos familiares da equipa permitiu perceber que os motivos para estas cessações são vários: a integração do mercado de trabalho (n=139; 34.8%), transferências por mudança de residência (n=82; 20.5%), incumprimentos com as obrigações (n=60; 15%), rendimentos de pensões (n=45; 11.3%), abdicação da prestação por reduzido valor (n=20; 5%), aplicação do decreto-lei nº 133/2012 que induziu alterações na consideração dos agregados familiares e a diminuição dos valores de referência (n=17; 4.3%), devolução do processo à Ação Social por deixar de ser prioritário (n=14; 3.5%), alteração do agregado familiar (n=8; 2%), emigração (n=4; 1%), falecimento (n=4; 1%), ajudas de terceiros (n=3; 0.8%) e integração em comunidade terapêutica (n=3; 0,8%) (Gráfico 12). É de mencionar ainda que se constata que algumas das pessoas apresentam constantes entradas e saídas da prestação de RSI, o que acontece com 35 das 139 famílias cuja prestação havia cessado por rendimentos de trabalho, mas que se encontram novamente em acompanhamento. Tal facto associa-se à

precariedade laboral, que se traduz em contratos temporários e medidas de curta duração do Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP). Assim, as famílias mantêm-se em situações de vulnerabilidade, havendo apenas períodos em que há uma maior estabilidade.



J. REGISTOS DE SESSÕES COM O GRUPO ANTERIORES À PROPOSTA DE CO-CONSTRUÇÃO E INÍCIO DO PROJETO

Em fevereiro de 2016, foi constituído por mim um grupo de oito mulheres. Esta constituição ficou a dever-se ao facto de em atendimentos individuais estas mulheres revelarem a necessidade de ter um espaço de conversa, partilha e interação, em que se sentissem verdadeiramente compreendidas. Através deste grupo, pretendia dar resposta à necessidade apresentada, tendo como objetivos promover a partilha de experiências e a prevenção do isolamento social, assim como a estimular competências pessoais e sociais, nomeadamente a capacidade de comunicação e interação grupal.

Após a proposta e formação do grupo, decorreram sessões entre fevereiro e julho de 2016, tendo sido realizadas oito sessões durante este período. As primeiras três sessões (23/02/2016, 10/03/2016 e 04/04/2016) foram destinadas ao conhecimento de grupo, através de exercícios de dinâmica de grupo. As oito mulheres apresentaram-se bastante participativas e as sessões tiveram uma duração entre duas a três horas. Os exercícios foram utilizados em momentos iniciais ou como forma de orientar as sessões, já que estas foram caracterizadas sobretudo pela partilha de assuntos do interesse ou preocupações das mulheres.

Considerando os gostos e interesses revelados, foram organizadas quatro outras sessões: uma ida gratuita ao cabeleireiro (26/04/2016), uma sessão de imagem pessoal e maquilhagem (16/05/2016), uma aula de dança (17/06/2016) e um passeio a Braga (15/07/2016). Entre estas últimas aconteceu ainda outra sessão em grupo (30/06/2016), na qual houve partilha e diálogo entre as participantes.

1ª Sessão – 23/02/2016

Esta sessão iniciou-se com a explicação da constituição do grupo e aceitação por parte das mulheres, que confirmaram esta necessidade.

Seguiu-se a proposta e realização dos seguintes exercícios de dinâmica de grupo.

“A teia”	
Objetivos	Apresentação Conhecimento
Material	Novelo de lã.
Duração	1 hora
Desenvolvimento	<p>O grupo formou um círculo.</p> <p>Foi dado a um elemento um novelo de lã.</p> <p>O elemento com o novelo segurou numa ponta e atirou o novelo para outro elemento do grupo, que faz o mesmo.</p> <p>Quando cada elemento tinha o novelo na mão, apresentou-se aos restantes.</p> <p>O processo repetiu-se até que o novelo passar por todos.</p>
Observações	<p>Na apresentação, as mulheres referiram o que entenderam como importante para a sua caracterização: nome, idade, estado civil, nº de filhos, localidade, experiência profissional, etc.</p> <p>À medida que o novelo circulava, as mulheres iam participando cada vez mais, sendo que as que já se tinham apresentado acrescentavam informações que se lembravam ou que eram referidas por outras.</p> <p>A necessidade de falar e estar naquele momento justificou a duração do exercício (cerca de uma hora).</p>

“Os provérbios em mímica”	
Objetivos	<p>Promover o divertimento.</p> <p>Desenvolver a capacidade de comunicação e interação em grupo.</p> <p>Desenvolver a imaginação e a criatividade.</p>
Material	Cartões com provérbios escritos.
Duração	1 hora

Desenvolvimento	<p>Foram colocados os cartões com os provérbios em cima da mesa, voltados para baixo.</p> <p>Os elementos sentaram-se em torno da mesa.</p> <p>Cada elemento retirou, aleatoriamente, um cartão, imitando, através da mímica, o provérbio escrito.</p> <p>Os restantes elementos tentavam adivinhar o provérbio.</p> <p>Alguns elementos preferiram realizar a mímica em pares, solicitando a colaboração do grupo.</p>
Observações	<p>Os provérbios representados foram:</p> <p>Mais vale um pássaro na mão do que dois a voar.</p> <p>Os homens não se medem aos palmos.</p> <p>Grão a grão enche a galinha o papo.</p> <p>Mulher prevenida vale por duas.</p> <p>Quem tem boca vai a Roma.</p> <p>Quem tudo quer, tudo perde.</p> <p>Quem vê caras não vê corações.</p> <p>Quem canta seus males espanta.</p> <p>As mulheres divertiram-se com o exercício, descontraindo em grupo. O mesmo contribuiu para se começarem a aproximar.</p>

2ª Sessão – 10/03/2016

“Caixa surpresa”	
Objetivos	<p>Promover o conhecimento</p> <p>Desenvolver a capacidade de comunicar e estar em grupo</p>
Material	Caixa, jornal, chocolates, papel com uma tarefa.
Duração	1 hora e 30 minutos
Desenvolvimento	<p>O grupo sentou-se em círculo, à volta da mesa.</p> <p>Foi colocada em cima da mesa a “caixa surpresa”, pedindo-se</p>

	<p>que um elemento retirasse algo da mesma.</p> <p>A surpresa aconteceu com primeiro elemento, que retirou um papel com um tema para discussão, o qual trazia anexado um rebuçado. Os restantes elementos quiseram retirar um novo tema, tendo também acesso ao rebuçado.</p> <p>Por cada tema exposto, todo o grupo falava sobre o mesmo, expondo partilhas pessoais.</p>
Observações	<p>Os temas abordados foram: o meu pior defeito é..., a minha maior virtude é..., recordar músicas de infância, a minha maior dificuldade é..., o meu maior sonho, a pessoa mais importante da minha vida é..., o meu maior medo é..., o momento mais marcante na minha vida foi...</p> <p>O grupo mostrou-se participativo, sendo que cada uma das mulheres falou e ouviu as restantes, por relação a cada tema. Este exercício permitiu o surgimento de partilhas por parte dos diferentes elementos, o que favoreceu o conhecimento e a capacidade de comunicar entre si.</p> <p>A conversa fluía e assistia-a a partilhas pessoais, com opiniões e reflexões em grupo.</p>

"O mais importante neste momento!"	
Objetivos	Promover a identificação grupal Perceber os interesses do grupo
Material	Nenhum.
Duração	20 minutos
Desenvolvimento	O grupo conversou, durante alguns minutos, sobre o que considera ser mais importante para si neste momento, sobre o que gostariam de falar e o que poderia ser feito nas sessões seguintes.

Observações	Todos os elementos do grupo expressaram os temas de interesse, referindo que consideram importante continuar a encontrar-se e estar em grupo. Mencionaram ter gosto por dançar, cuidar da imagem pessoal e passear.
-------------	---

3ª Sessão – 04/04/2016

“Cartas dos sentimentos”	
Objetivos	Promover o conhecimento. Partilha de situações e experiências Desenvolver a reflexão acerca dos sentimentos.
Material	Cartas com vários sentimentos.
Duração	1 hora
Desenvolvimento	Foram colocadas no centro da mesa cartas com os sentimentos, voltadas para baixo. Os elementos do grupo sentaram-se, em círculo. Cada elemento retirou uma carta, de forma aleatória. Cada elemento falou sobre o sentimento escrito na carta que, partilhando alguma situação em que esse sentimento esteve presente na sua vida. Os restantes elementos comentavam e falavam também de si por relação a cada sentimento.
Observações	Os sentimentos escritos nas cartas eram: amor, felicidade, alegria, amizade, admiração, afeição, solidão, inveja, desilusão, frustração, tentação, paixão, compaixão, ódio, raiva, gratidão, tristeza, ciúme, medo e desejo. As mulheres participaram no exercício, aliando ao mesmo outras questões ou partilhas pessoais. Por vezes, dispersavam por relação ao tema, mas isso foi também importante para que falassem sobre aquilo que realmente pretendiam e sentiam.

“O que temos em comum...”	
Objetivos	Aproximar os elementos do grupo. Promover a coesão grupal.
Material	Nenhum.
Duração	30 minutos
Desenvolvimento	O grupo conversou entre si sobre o que considera que têm em comum, encontrando pontos de encontro e diferenças entre cada umas das mulheres.
Observações	Este exercício contribuiu para o conhecimento das mulheres e para a aproximação entre elas, por via da identificação. Pretendia-se através disto que o grupo se torne cada vez mais coeso.

4ª Sessão – 26/04/2016

O grupo revelava necessidade e interesse por relação aos cuidados de imagem pessoal, nomeadamente com o cabelo, o que nem sempre consegue assegurar por implicar custos.

Neste sentido, articulou-se com uma escola de formação profissional, tendo o último ano de formação se disponibilizado para uma sessão de cabeleireiro gratuita, pois também seria uma forma de praticarem mais.

Neste dia, dirigimo-nos a essa mesma escola, onde foi possível as mulheres cortarem, pintarem e pentearem o cabelo, ao seu gosto. O objetivo da sessão foi promover um cuidado de imagem pessoal, promovendo a valorização e o bem-estar das mulheres. As mulheres referiram ter gostado deste momento, revelando grande entusiasmo.

5ª Sessão – 16/05/2016

Mais uma vez, procurou-se dar resposta à necessidade das mulheres de cuidar da imagem pessoal. Como tal, articulou-se com uma técnica da autarquia, com formações e gosto pela área.

Neste dia, com a presença da técnica e do grupo realizou-se uma sessão de imagem pessoal e maquilhagem. A técnica entregou às mulheres um pequeno *dossier* feito por si com dicas de cuidados pessoais, com recursos a produtos caseiros, de modo a que os cuidados não comprometam ou não dependam da situação económica. De seguida, cada uma das mulheres teve direito a uma esfoliação facial com posterior *workshop* de maquilhagem, aprendendo novas dicas. As mulheres saíram da sessão a sentir-se mimadas e vaidosas, manifestando ter adorado o momento proporcionado.

6ª Sessão – 17/06/2016

Considerando que a dança era outra área de interesse, a qual o grupo dizia ter saudades de realizar, articulou-se com uma escola de dança do concelho, tendo uma professora aceite proporcionar uma aula gratuita.

Nesta sessão, deslocamo-nos então à escola de dança, realizando em conjunto uma aula, respeitando os ritmos e tempos das mulheres. Além de proporcionar um momento de convívio, descontração, diversão e bem-estar, esta sessão contribuiu para a aproximação grupal e promoveu a prática de exercício físico, estimulando um estilo de vida saudável.

7ª Sessão – 30/06/2016

Foi agendada nova sessão, com o objetivo de dar continuidade aos momentos de encontro para diálogo e partilhas entre as mulheres. Estas começaram por expor as suas opiniões acerca das sessões já realizadas e dos benefícios que retiraram das mesmas. Foi possível, assim, compreender a importância que os dois tipos de sessão (de encontro grupal ou com atividades práticas) têm para o grupo. Face ao gosto

revelado em ter oportunidade de passear, planeou-se uma atividade diferente: a realização de um passeio em grupo.

A partir deste momento, a conversa com o grupo foi fluindo naturalmente, tendo cada uma das mulheres tido a oportunidade de trazer à reflexão os seus próprios assuntos, expondo partilhas pessoais e obtendo a compreensão e opinião das restantes.

O grupo revelou estar a surgir alguma identificação e empatia entre todas.

8ª Sessão – 15/07/2016

Para o dia 15/07/2017, foi planeado um passeio em grupo. Tendo sido cedido um autocarro pela autarquia, com o número mais elevado de lugares, o passeio foi alargado a outras famílias, que vinham a participar noutras ações desenvolvidas pelo protocolo de RSI.

A cidade escolhida foi Braga, começando-se por visitar o centro no período da manhã. Seguiu-se para o Bom Jesus de Braga, onde foi feito um piquenique para almoço e onde foi possível passear durante a tarde.

Este dia permitiu quebrar a rotina, dando oportunidade para o grupo estar junto durante mais tempo, bem como ter acesso à cultura, a novos conhecimentos e experiências diversificadas. As mulheres conviveram de uma forma espontânea e descontraída, começando a criar laços entre si.

Decorridas estas sessões, o grupo continuava a manifestar interesse, vontade e necessidade em manter os encontros e ações em conjunto, questionando quando poderiam ser agendadas novas sessões.

A D. Mariana tem 36 anos. Mede aproximadamente 1,65m e apresenta uma estrutura física média. É morena e usa os cabelos pretos compridos. Utiliza maioritariamente saia, tendo preferência por cores mais escuras. Afirma que gostava de se maquilhar e cuidar das unhas, mas diariamente não tem disposição para o fazer, nem considera que valha a pena, tendo em conta que na maior parte do tempo está em casa.

Encontra-se a trabalhar, desde 2003 (desde os seus 23 anos), como operadora de caixa em hipermercado. Quando iniciou, trabalhou alguns meses a tempo inteiro, mas em maio de 2013 integrou o regime *part-time* fim-de-semana, com proteção social, estando efetiva. Apresenta também experiência profissional como empregada de balcão em diferentes lojas e cafés, empregada de mesa, secretária em duas empresas e feirante, sendo que mesmo quando estudava trabalhava nas interrupções letivas. Estudou até ao 12º ano de escolaridade, nas mesmas escolas que os seus filhos frequentam atualmente. Nessa altura, residia com os pais, que apresentam uma condição socioeconómica estável e lhe proporcionaram o que considera ser uma “boa educação”. O pai trabalhava como guarda prisional e a mãe como auxiliar de ação médica. A D. Mariana nasceu e cresceu no numa capital de distrito do norte do país. Tinha 17/18 anos quando, em conjunto com os pais e irmãs, se mudou para esta freguesia, onde também vive atualmente, mas continua a preferir a freguesia onde nasceu.

Vive em união de facto com o companheiro desde os 21 anos, após o nascimento do primeiro filho. O companheiro tem 39 anos e possui o 4º ano de escolaridade, obtido através do Centro de Novas Oportunidades. Iniciou o 6º ano, mas não concluiu. Não apresenta experiência profissional com proteção social. Em termos de trabalho, ocupava-se nas feiras com os seus pais. Por uma multa associada a esta ocupação, deixou de a ter e já cumpriu trabalho comunitário. Encontra-se a trabalhar como distribuidor de cartas, sem proteção social e a tempo parcial, desde setembro de 2016. Continua a manter contacto com a sua família, que reside no Porto.

O companheiro, com o qual mantém relação desde os 13 anos, é de etnia cigana. Esta união nunca foi aceite pela família de origem da D. Mariana, que não tem relação com o companheiro da mesma e que, na altura da união e por algum tempo,

até ao nascimento do filho mais novo, também quebrou a relação com ela. A D. Mariana também não apresenta uma relação próxima com a família do companheiro, mas relata que é muito bem recebida em casa desta, assim como os seus filhos. A relação entre o casal é pautada por alguns conflitos, que a D. Mariana atribui à insuficiência económica, embora também admita que existem outras questões como a diferença cultural e o facto de o companheiro ser um pouco controlador, o que refere que tem vindo a melhorar. No passado, estiveram um período separados, mas reataram a relação. A D. Mariana assume que algumas das discussões acontecem por discordâncias quanto às tradições e costumes: o companheiro não valoriza a escolaridade dos filhos, mas a D. Mariana insiste para que continuem na escola; o companheiro não apoia economicamente para a casa, não apoia nas tarefas e organização da casa, nem se esforça para alterar a situação em que vivem. No início da coabitação, a D. Mariana cedia aos pedidos do companheiro e deixava-se controlar pelo mesmo, contudo afirma que isto mudou e que agora tem a sua própria vontade e faz valer os seus interesses e convicções.

O casal tem três filhos: um rapaz de 15 anos, uma rapariga de 11 anos e outro rapaz de 6 anos.

Quando frequentava o 1º ciclo, o filho mais velho teve acompanhamento em consultas de desenvolvimento e psicologia infantil, por hiperatividade e défice de atenção, mas teve alta por estabilização do problema. O jovem teve um período em que desvalorizava a escola e preferia ficar em casa, sobretudo do avô paterno. Teve duas retenções, uma no 2º e outra no 5º ano de escolaridade. No ano letivo 2016/2017, frequenta o 8º ano de escolaridade e está mais empenhado: faz sempre os trabalhos de casa, gosta de estudar e frequenta o apoio ao estudo. No que diz respeito ao relacionamento com os avós, este apresenta uma relação próxima quer os paternos quer com os maternos.

A filha frequenta o 5º ano de escolaridade, no ano letivo 2016/2017, sem problemas de aprendizagem, integração, relacionamento ou comportamento. A mãe refere que a filha é muito vaidosa e gosta de se cuidar. Segundo a D. Mariana, a filha gosta mais de estar em casa dos avós paternos, pelo facto de na vizinhança ter meninas da sua idade para brincar, enquanto nos avós maternos não tem.

O filho mais novo integrou o 1º ano de escolaridade no ano letivo 2016/2017, no entanto, a educadora de infância considerava que ainda não estivesse preparado para o 1º ciclo. O menor ainda não tem a lateralidade definida, escrevendo com as duas mãos. Inicialmente, tinha algumas dificuldades de integração e aprendizagem, mas tem evoluído positivamente ao longo do ano letivo. O menor beneficia de acompanhamento psicológico individual com a psicóloga da equipa. Antes de integrar a pré-escola, o menor contava com os cuidados da avó materna, sempre que necessário, sendo o que tem uma relação mais próxima com a família da mãe.

Segundo a D. Mariana, esta sensibiliza os filhos no apoio e aprendizagem das tarefas domésticas, no entanto admite que esta é uma tarefa difícil, sendo que o que manifesta mais vontade de colaborar é o mais novo.

A família reside numa habitação T1, própria, da qual paga amortização ao banco. A casa apresenta razoáveis condições de habitabilidade, com a presença de alguma humidade, mas dispendo de todos os equipamentos e serviços necessários. Contudo, verifica-se a sobrelotação face ao número de elementos do AF. O quarto é ocupado pelo casal e os filhos dormem na sala. Pelas visitas domiciliárias e de acordo com a D. Mariana, a sala é transformada em quarto à noite, com o sofá cama, mas durante o dia mantém-se organizada enquanto sala. Os menores não apresentam, assim, um espaço próprio nem privacidade.

Os rendimentos com que a família conta são a prestação do RSI, o vencimento da D. Mariana e o abono de família dos filhos. O agregado manifesta dificuldades em assegurar as despesas fixas mensais, já que o valor da amortização assume-se por si só como muito elevado face ao total dos rendimentos. Tem dívida do condomínio, pelo que tem parte do valor do salário penhorado para pagamento da mesma. Desde o início de 2017, não beneficia de apoios alimentares, uma vez que não quis apresentar as renovações dos respetivos pedidos.

Tem retaguarda familiar por parte dos pais, com os quais mantém contacto próximo (residentes na mesma freguesia), o que, por vezes, é motivo de rivalidade e conflitos com a irmã solteira. O apoio proporcionado pelos pais nunca é monetário, por considerarem que a D. Mariana o poderá entregar ao companheiro. Tem duas irmãs: uma de 46 anos, solteira, que reside com os pais, encontra-se desempregada e

tem um ligeiro atraso mental; outra de 51 anos, que reside no Porto e é reformada por invalidez. Relaciona-se com as irmãs, mas não tem apoio pro parte destas.

Relativamente às suas rotinas diárias, a D. Mariana menciona que vai levar os filhos à escola e volta para casa, para reorganização e higienização do espaço doméstico. Durante o dia, ocupa-se ainda com algum assunto que seja necessário resolver, visita os pais e orienta as tarefas do final do dia (adianta o jantar, prepara roupas, etc). Ao final da tarde, vai buscar os filhos à escola e regressa para jantar, banhos, trabalhos de casa, etc. Ao fim de semana trabalha e os filhos ficam com o pai, avós maternos ou avós paternos. Relaciona-se com as colegas de trabalho, mas não tem uma relação próxima com esta. Não tem outros amigos. Ao final do dia, gosta de ver telenovelas.

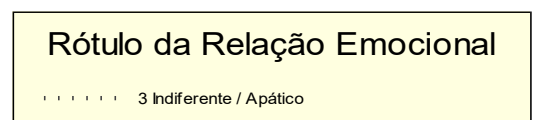
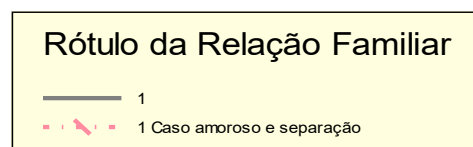
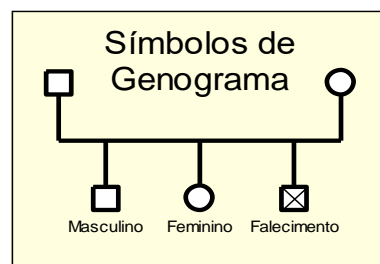
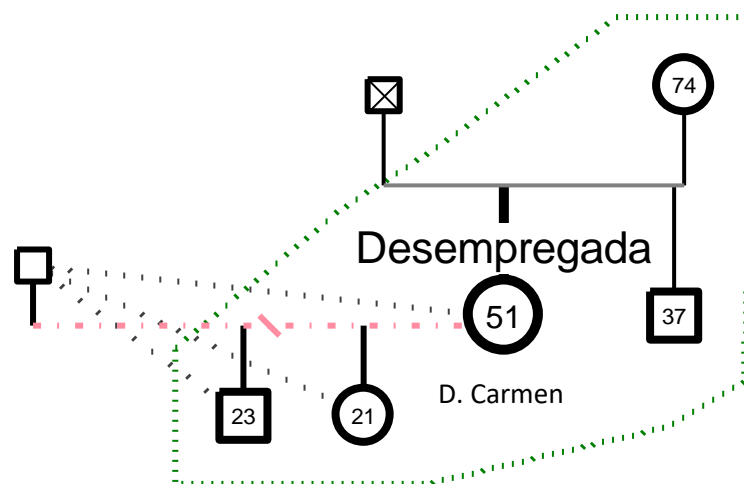
A D. Mariana requereu a prestação do Rendimento Social de Inserção em abril de 2009 e encontra-se em acompanhamento pela equipa desde dezembro de 2009, sendo a Educadora Social a técnica gestora do seu processo. Ao longo do seu acompanhamento, tem participado sobretudo em projetos relacionados com as competências parentais, tendo manifestado maior disponibilidade para esta participação desde a integração do filho mais novo na escola. Já beneficiou de acompanhamento psicológico individual por parte da psicóloga da equipa. Verifica-se que, ao longo destes anos, tem adquirido e desenvolvido competências. Reconhece os seus problemas e consegue enfrentar o marido, fazendo prevalecer os seus interesses. Declara que a sua relação conjugal não é saudável, mas não pondera a separação. Neste sentido, adquiriu estratégias para lidar com os seus problemas conjugais, sabendo como “dar à volta às situações”, não se deixando ser submissa ao controlo do marido, estando mais descontraída e à vontade. Recuperou a relação com os pais.

No que diz respeito à sua participação no grupo, revela ter bastante interesse na mesma e tem uma postura/voz ativa, partilhando sempre a sua opinião acerca do que é falado e as suas preocupações, sobretudo em relação aos seus filhos e à necessidade de conseguir outro trabalho. Declara ter vontade de cuidar mais de si e da sua imagem, assim como poder dar aos filhos o que lhe pedem, mas afirma que nas circunstâncias em que vive isso não é possível. Refere que gostava de relembrar

e saber mais de informática, bem como revela interesse por aprender novas receitas culinárias, sobretudo económicas. Afirma que o seu principal objetivo é que os filhos alcancem uma vida melhor. Adora dançar e ouvir música. Gostava de fazer uma viagem.

Caracterização da D. Carmen

Genograma



A D. Carmen tem 51 anos e é natural da freguesia onde reside. Mede cerca de 1,60m e apresenta uma estrutura física magra. Usa o cabelo curto loiro. Prefere utilizar calças, sendo que raramente usa saias ou calções. Por vezes, por insistência da filha, comparece maquilhada e com as unhas arranjas. Admite que gosta de se apresentar mais cuidada, mas diz não ter disposição para o fazer.

Em adulta, depois de ter ficado desempregada, completou o 6º ano de escolaridade, através de um curso de formação profissional na área da geriatria. Posteriormente, concluiu o 9º ano através de formação em apoio à família e à comunidade. Manifesta gosto e valorização pela vida escolar, sendo que em jovem estudou apenas até ao 6º ano para começar a trabalhar. Encontra-se desempregada desde 2007 por término de contrato. Desenvolveu experiência profissional na área da costura, metalúrgica e auxiliar de serviços gerais. No que diz respeito a problemas de saúde, a D. Carmen apresenta uma artrose muscular na perna direita e no dedo mindinho da mão direita, o que diz ser de nascença, decorrente de um problema no parto, que aconteceu em casa, não tendo tido assistência médica. Assim, caminha de forma irregular (mancando) e tem o dedo sempre dobrado.

Reside com a sua mãe de 74 anos, o irmão de 37 anos e dois filhos, um rapaz de 23 anos e uma rapariga de 21 anos. O pai dos filhos nunca foi presente nem apoiou economicamente, não existindo relação entre ele e os filhos. Era colega de trabalho da D. Carmen numa fábrica de confeções, mas nunca assumiram relação nem viveram juntos, já que ele era casado. O mesmo reside noutra freguesia do concelho, é reformado e apresenta problemas de saúde.

A sua mãe é viúva, tem o 3º ano de escolaridade e é reformada. Trabalhou como vendedora de móveis, numa loja. Ao nível da sua saúde, sofre de osteoporose e artroses.

O irmão é solteiro, possui o 12º ano de escolaridade. Frequentou ensino superior, mas desistiu, alegadamente por dificuldade no pagamento das propinas, dado que o valor da bolsa não seria suficiente (nessa altura a família ainda não beneficiava do RSI) e posteriormente perdeu esse valor por ter reprovado. Encontra-se desempregado desde 2006. No que diz respeito à sua experiência profissional, desenvolveu alguns trabalhos sem proteção social como servente da construção civil.

O filho é solteiro e possui o 6º ano de escolaridade, já que abandonou precocemente a escola, em junho de 2008, com 15 anos. Apresentava dificuldades de aprendizagem, mau comportamento, não gostava de estudar e faltava às aulas com regularidade. Frequentou CEF, mas não concluiu. Teve acompanhamento pela CPCJ e EMAT, mas foi arquivado quando completou 18 anos e teve oportunidade de decidir, já que deixa de ser obrigatório. Encontra-se desempregado e não apresenta experiência profissional. Não se encontra considerado em termos de Rendimento Social de Inserção (a mãe não recebe a sua parte), pelo facto de recusar assinar o contrato de inserção. De acordo com a mãe e a técnica gestora, o filho recusa comparecer aos atendimentos no serviço e recusa a intervenção, sendo que a D. Carmen também não permite que se insista ou se fale com ele.

A filha é solteira e estudou até ao 9º ano de escolaridade. Frequentou um curso de artes para obtenção do 12º ano, mas não concluiu, declarando dificuldades em acompanhar a exigência do curso. No seu percurso escolar, contou com duas retenções, uma no 1º ciclo e outra no 7º ano. Encontra-se sem ocupação e inscrita no IEFP. A. D. Carmen declarava que a filha tinha intenção de integrar nova formação, mas numa área diferente que não as artes. Efetivamente, após a frequência de algumas sessões do projeto, houve a possibilidade de encaminhamento e integração num curso de cozinha e pastelaria, pelo qual mostrou interesse. Relativamente à sua saúde, apresenta diabetes, sendo dependente da toma de insulina e mantendo acompanhamento médico regular.

A família reside numa habitação arrendada T3. A mesma apresenta razoáveis condições de habitabilidade, incluída numa “ilha”. Apresenta dimensões bastante reduzidas e é pequena face ao número de elementos do agregado, no entanto apresenta todos os serviços e equipamentos necessários. A D. Carmen declara muito gosto por lá viver, pois é a casa onde nasceu e tem uma bela vista para o Douro.

O agregado familiar conta com a pensão da mãe da D. Carmen e com a prestação de RSI como rendimentos; contudo, afirma apresentar dificuldades em assegurar as despesas e acumula dívida na mercearia, pois vai pagando, mas continua a comprar. Não recebe apoios alimentares porque não quer requerer, pela exigência de vários documentos, que os elementos do seu agregado familiar não querem solicitar.

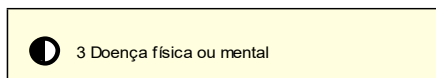
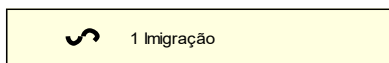
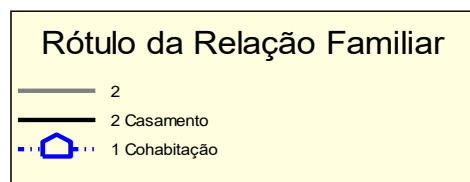
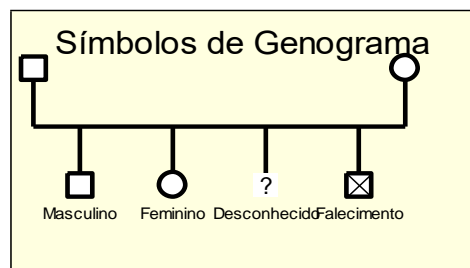
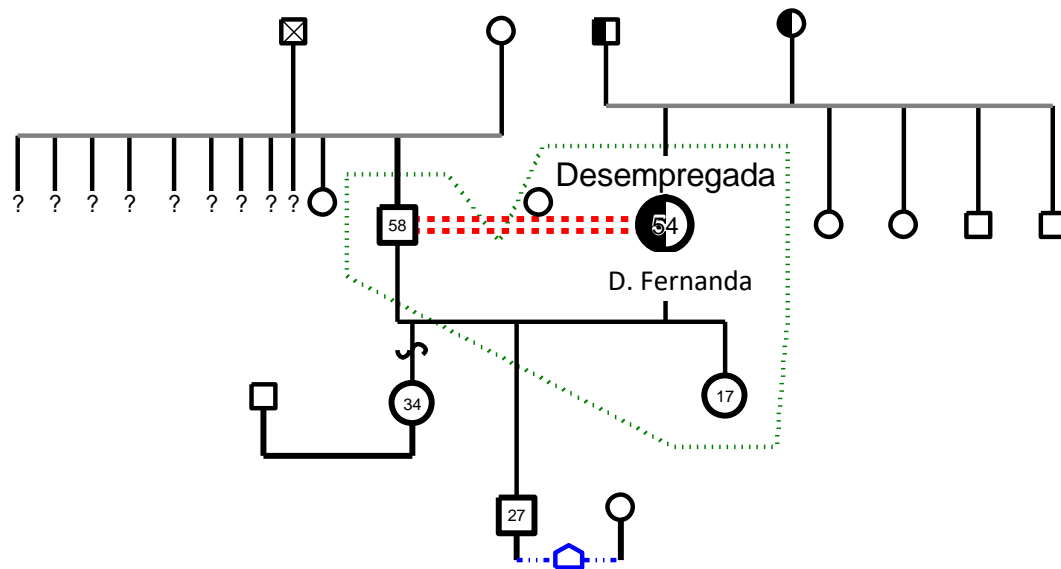
A retaguarda familiar com que a D. Carmen pode contar é o seu próprio agregado, nomeadamente a sua mãe. Tem uma tia e primas, com quem mantém contacto regular, mas que não parecem assumir-se como uma retaguarda para si. Do seu agregado também já fez parte essa tia, que mudou de residência, bem como a sua avó materna, que já faleceu. A família apresenta boa relação e de proximidade com os vizinhos da sua “ilha” e da sua rua. Segundo a D. Carmen, as suas rotinas diárias relacionam-se com tarefas domésticas, idas aos minimercados, conversas com família e vizinhos. Por vezes, gosta de se dedicar à culinária, com a sua filha. Afirma que, à noite, antes de se deitar, vê notícias e telenovelas em família. Menciona que na sua família e vizinhança há muito boa disposição.

A D. Carmen requereu a prestação do RSI em fevereiro de 2006 e encontra-se em acompanhamento pela equipa desde abril de 2006, sendo a técnica gestora do seu processo a Educadora Social. Ao longo do acompanhamento, a D. Carmen tem feito alguma resistência à intervenção, embora aceite participar em diferentes projetos, sobretudo de trabalhos manuais e desenvolvimento de competências pessoais e sociais. Não reage bem às visitas domiciliárias e ao acompanhamento mais próximo. Não quer que convoque outros elementos do seu agregado para os atendimentos e os seus familiares também não mostram disponibilidade em fazê-lo. Não gosta de expor a sua história de vida.

A D. Carmen tem sido bastante participativa no grupo, traz assuntos para discussão e troca opiniões com as restantes, embora se perceba que é um pouco mais reservada quanto à sua vida pessoal. Gosta de falar de temas de cultura geral, de notícias, dos políticos e famosos. Manifesta gosto pela música e pela dança e tem o sonho de conhecer o mundo. Revela muita preocupação com os filhos, que continuam muito dependentes de si. Refere não ter voltado a utilizar um computador, desde que concluiu o último curso que frequentou, sendo que gostaria de o voltar a fazer, aprendendo mais.

Caracterização da D. Fernanda

Genograma



A D. Fernanda tem 54 anos e é casada. Fisicamente, mede cerca de 1,60m e apresenta uma estrutura física um pouco mais forte do que as restantes, embora já tenha perdido muito peso. Tem o cabelo escuro e gosta de o usar muito curto. Normalmente, apresenta-se cuidada, mas afirma que gostaria de se mimar mais.

É natural de outra freguesia do mesmo concelho, tendo-se mudado aquando da atribuição de habitação social. Possui o 9º ano de escolaridade, obtido em adulta, através da frequência de curso do centro das novas oportunidades, já que em jovem deixou de estudar cedo para começar a trabalhar. Encontra-se desempregada há cerca de 20 anos. Apresenta experiência profissional na área da costura e numa fábrica de tendas de campismo. Relativamente a problemas de saúde, é hipertensa e recentemente iniciou acompanhamento médico devido a desequilíbrios constantes, possivelmente associados à síndrome vertiginosa, estando ainda em avaliação médica. A D. Fernanda contou que antes tinha excesso de peso, o que a deixava triste e com baixa autoestima. Recorda que uma das melhores coisas que lhe aconteceu foi ter feito tratamento e ter colocado uma banda gástrica, em abril de 2011, sendo que atualmente gosta de si e da sua aparência. Esta situação conduziu a uma maior valorização pessoal e capacidade de lidar com as circunstâncias de forma diferente.

O marido tem 58 anos e também é natural de uma outra freguesia do concelho. Estudou até ao 3º ano de escolaridade e encontra-se desempregado há cerca de 5 anos. Exerceu atividade profissional como pintor da construção civil. Segundo a D. Fernanda, o marido é uma pessoa “stressada e miudinha”. Relatou ter vivido situações de violência doméstica verbal e psicológica com o marido, mas afirma que aprendeu a impor-se e a saber lidar com os seus comportamentos e com os conflitos que por vezes surgem, adquirindo estratégias neste sentido. Hoje em dia continuam juntos e mais felizes.

A filha tem 17 anos e frequenta o 2º de 3 anos de curso profissional que lhe dará equivalência ao 9º ano de escolaridade. Teve uma retenção do 6º ano. A menor apresentava dificuldades de concentração e défice de atenção, tendo acompanhamento em pedopsiquiatria, mas já teve alta e já não faz medicação. Anteriormente, encontrava-se desmotivada e não estabelecia relações com os colegas na escola. Já beneficiou de acompanhamento psicológico por parte da

equipa, no sentido de a apoiar a ultrapassar estes problemas. Atualmente, frequenta nova escola e integrou um curso vocacional na área de administração e comércio; gosta da escola e do curso, mostrando-se interessada, motivada e empenhada, superando as suas dificuldades e apresentando melhor aproveitamento escolar.

A família reside numa habitação social T2, com boas condições de habitabilidade, conforto e salubridade, que reúne os serviços e equipamentos necessários. Conta com a prestação de RSI e o abono de família da jovem como rendimentos. Afirma conseguir fazer face às despesas, mas manifesta dificuldades em concretizá-lo porque o nível de despesas é elevado face aos rendimentos, declarando a necessidade de uma gestão minuciosa dos rendimentos, que é feita pela D. Fernanda. Recebe apoio alimentar em géneros através de associação local.

O casal tem mais dois filhos, com quem mantêm contacto regular e boa relação. Tem uma filha de 34 anos, que reside e trabalha na Suíça com o marido, não tem filhos e vem a Portugal uma vez por ano. Tem um filho de 27 anos, que saiu de casa para viver com a namorada noutra freguesia do concelho, em 2011. O mesmo trabalha e ainda não tem filhos. Apesar da distância, maior ou menor, os filhos mantêm contacto regular, ainda que seja pelo telefone.

A mãe da D. Fernanda encontra-se acamada após um AVC há cerca de 19 anos; tem internamentos frequentes. O pai tem cancro na próstata e não pode fazer tratamentos nem ser operado. Os pais residem noutra freguesia do mesmo concelho, com uma irmã da D. Fernanda. A família já teve apoio económico por parte dos pais da D. Fernanda, mas deixaram de o ter a partir de abril de 2012, tendo em conta que o agravamento dos problemas de saúde dos pais também lhe condicionou a situação económica. Mantêm boa relação familiar.

Tem quatro irmãos: uma irmã que vive com os pais, outros dois que vivem na mesma freguesia dos pais (de onde também é natural) e outra que vive noutra concelho. Refere ter uma relação próxima com todos eles.

Relativamente à família do marido, o sogro faleceu há 15 anos e a sogra vive com uma filha, sua cunhada, na mesma freguesia dos pais da D. Fernanda. O marido tinha 10 irmãos, estando 9 vivos e a residir na mesma freguesia da maioria da família.

Apesar de não ser uma relação tão próxima como com a sua família, também mantém boa relação com a família do marido.

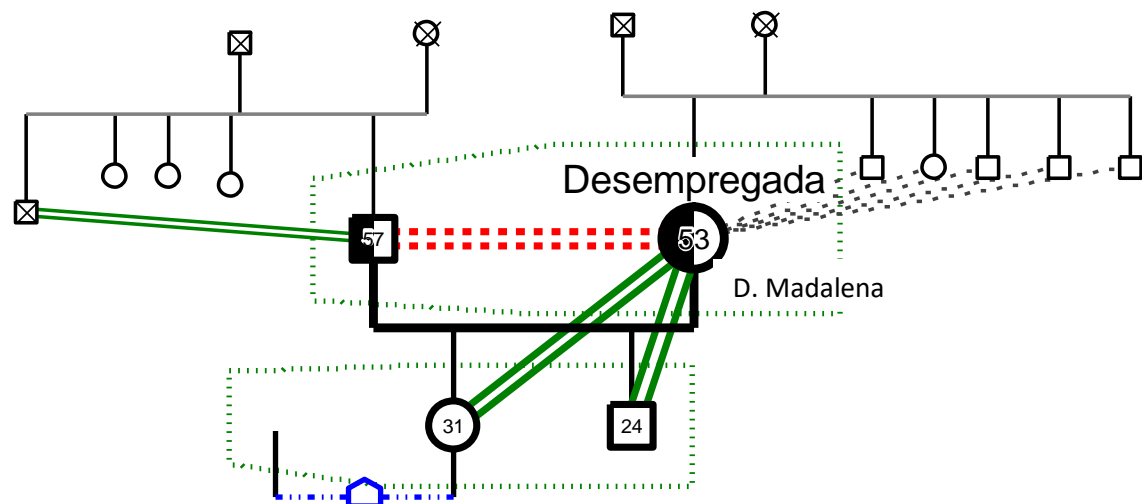
A D. Fernanda relata também ter uma boa relação e de proximidade com duas vizinhas. No seu quotidiano, a D. Fernanda afirma passar grande parte do seu tempo em casa, ocupando-se com as tarefas e com a gestão doméstica. Em casa, adora cozinhar, gosta de ouvir música e ver televisão. Refere ainda ter gosto por fazer palavras cruzadas, sudoku, entre outros passatempos semelhantes, que representam para si aspetos que diminuem o *stress* e lhe permitem manter o cérebro ativo. Devido ao agravamento dos problemas de saúde, afirma ter necessidade de descansar por mais tempo, o que também justifica uma menor procura de emprego e mais tempo passado na sua residência. Em alguns fins-de-semana, visita a família, sobretudo os pais.

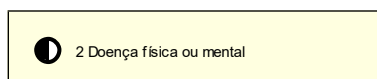
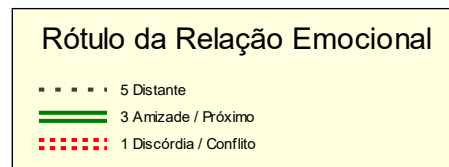
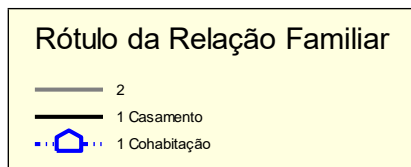
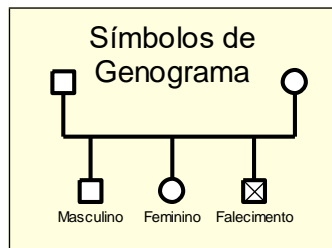
A família requereu a prestação de RSI em fevereiro de 2012 e encontra-se em acompanhamento pela equipa desde julho de 2012, sendo a Educadora Social a técnica gestora do seu processo. Ao longo do seu acompanhamento, denota-se que se tornou uma pessoa mais diligente, conhecedora dos seus direitos e dos apoios que pode recorrer no sentido de melhorar a sua situação. A filha beneficiou de acompanhamento psicológico por parte de psicóloga da equipa, tendo apresentado melhorias ao nível do percurso e tendo encontrado a sua orientação vocacional numa área do seu interesse. A par deste acompanhamento, orientado ara a superação de dificuldades e promoção da autoestima, foram fundamental os contactos e reuniões constantes com a escola para concertar a intervenção. Um dos aspetos cruciais na evolução da jovem foi a mudança de escola, tendo-se percebido ao longo da intervenção que um dos grandes problemas era a jovem não se identificar nem gostar da escola e turma que anteriormente frequentava. Paralelamente, os pais desenvolveram competências e estratégias que lhes permitiam também apoiar a filha neste percurso. Além de adquirir estratégias que lhes permitiam apoiar e lidar com a filha, a D. Fernanda desenvolver também estratégias para lidar com os seus problemas e com o marido, melhorando a relação conjugal. A D. Fernanda nunca tinha participado em nenhum projeto ou ação em grupo.

Inicialmente, a D. Fernanda participava no grupo de uma forma mais silenciosa, estando muito atenta ao que era dito, procurando conhecer cada uma das participantes e integrar-se. Após as primeiras sessões, afirma que gosta imenso de estar presente, partilhar e ouvir, pois é um momento em que se distrai. Refere que, muitas vezes, falava com outras pessoas e não se sentia compreendida ou valorizada, o que não acontece ali, já que sente que as outras sabem do que fala, entendem os seus problemas. Estas partilhas também lhe fizeram reconhecer o que tem de bom, valorizando-o. Afirma sentir-se feliz com o que a vida lhe dá, mas deseja conseguir viver com menos dificuldades e com mais tranquilidade. Adora ouvir música portuguesa, brasileira e francesa. É uma pessoa preocupada com a sua imagem, mas afirma que é com pena que não pode cuidar mais de si (arranjar as unhas e o cabelo, comprar uma peça de roupa diferente). A sua prioridade é sempre a sua filha e assegurar-lhe tudo o que necessita. Mostra-se predisposição para novas aprendizagens.

Caracterização da D. Madalena

Genograma





A D. Madalena tem 53 anos e é casada. Fisicamente, tem cerca de 1,50m de altura e tem uma estrutura física mais forte, à semelhança da D. Fernanda. Tem o cabelo preto e gosta de o usar muito curto, por ter sempre muito calor. Não mostra brio consigo própria, revelando que veste uma roupa qualquer e não tem vontade de se arranjar. O cuidado que tem é com as unhas, não por sua iniciativa, mas porque uma sobrinha faz unhas de gel e a vai buscar para lhe aplicar. Quando se cuida mais, também é por insistência e incentivo da filha.

No que diz respeito a problemas de saúde, tem diabetes, hipertensão e problemas de visão. Possui o 1º ciclo de escolaridade. Encontra-se desempregada desde 2006, por falência da empresa. Apresenta experiência profissional como ajudante em café e em talho, como aprendiz de costura e na área das limpezas. Refere ter começado a aprender costura com 10 anos, já que a sua mãe não a deixou continuar a estudar. Aos 12 anos foi trabalhar para um talho, para contribuir economicamente para a casa. Aos 13 anos foi trabalhar como ajudante num café, em que quase não tinha força para arrastar as grades de cervejas. Recorda que neste trabalho a patroa era muito sua amiga (levava-a de férias, dava-lhe dinheiro que podia guardar para si, dava-lhe roupas e refeições). Posteriormente, a partir dos 16 anos trabalhou como empregada de limpeza em casas particulares.

Desde agosto de 2016, reside apenas com o marido. Este tem 57 anos, o 2º ciclo de escolaridade e encontra-se desempregado desde 2007. No entanto, entre 2007 e 2009, o marido foi conseguindo alguns trabalhos esporádicos, sem proteção social, como sapateiro. Apresenta experiência profissional como ourives e sapateiro. Possui incapacidade para o trabalho, comprovada com certificado de incapacidade para o trabalho (CIT), ou seja, encontra-se com baixa médica não remunerada, desde outubro de 2012. No que diz respeito à sua saúde, tem uma limitação na perna esquerda (perda de sensibilidade), decorrente de um acidente de viação que teve aos 18 anos, pelo que usa muleta. Apresenta problemas ansiosos e depressivos, estando medicado pela médica de família. Recusa encaminhamento para psicologia ou psiquiatria. Já requereu a pensão por invalidez, mas foi indeferida.

A D. Madalena recorda que conheceu o seu marido no salão de testemunhas da religião Jeová, da qual já não fazem parte e pela qual o marido tem uma grande revolta. Começaram a namorar quando a D. Madalena tinha 18 anos. Namoraram um ano e três meses e casou aos 20 anos. Menciona que queria sair o mais breve possível de casa, uma vez que trabalhava muito e a sua família ficava com o seu salário.

O casal tem dois filhos, uma filha de 31 anos e um filho de 24 anos. Os filhos estudaram até ao 12º ano de escolaridade. A filha trabalha e reside em união de facto há cerca de 6 anos, sendo que o seu companheiro também trabalha. Em agosto de 2016, o filho foi viver com a irmã, segundo a D. Madalena pelas discussões constantes com o pai. Os filhos são a retaguarda do casal, quer emocionalmente quer economicamente.

Os pais da D. Madalena já faleceram: o pai faleceu há muitos anos por doença agravada pela diabetes; a mãe faleceu no ano passado, após um período em que necessitou de apoio dos filhos por estar completamente dependente, como consequência da doença de Alzheimer. Tem cinco irmãos, quatro irmãos e uma irmã; quatro residem no mesmo concelho e um num concelho vizinho, no entanto não mantém uma relação próxima. Refere que quatro dos irmãos têm uma melhor condição económica e que se afastaram por este motivo. O irmão mais novo vivia

com a mãe e continua a ocupar a casa; declara ser “um desgraçado, que não tem ninguém e tem quatro filhos institucionalizados”.

No que diz respeito à família de origem do marido da D. Madalena, o pai já faleceu e a mãe estava integrada em lar, tendo falecido em maio de 2017. Tem quatro irmãos: as três irmãs residem noutras freguesias do concelho e um residia na mesma freguesia, sendo o único com quem tinha contacto próximo e boa relação, aliás o único com quem saía de casa para espairecer. No entanto, o irmão faleceu em outubro de 2016, vítima de cancro.

A D. Madalena revela que o marido é muito impaciente e revoltado com a vida, sendo que “vira-se contra quem está mais próximo”, tornando a convivência mais difícil e originando algumas discussões, até relativas a pequenas coisas do dia-a-dia. A mesma refere que nem sempre tem paciência e tem que recorrer a algumas estratégias (“Às vezes, não aguento. Ponho fones e ouço música”). A D. Madalena afirma que o marido é muito boa pessoa, mas tem dificuldades em lidar com os problemas e as adversidades da vida, revoltando-se e sendo muito crítico em relação em tudo. Admite que, ao fim destes anos, ainda sentem amor um pelo outro e que têm pena que a relação comporte controvérsias, mas refere que a causa se associado à vida que têm. Acrescenta que, ainda assim, também têm muitos dias bons. No que diz respeito às discussões do casal, os filhos procuram sempre amenizar. O filho, agora que não está quase 24 hora por dia com o pai, melhorou significativamente a relação com o mesmo. A filha, segundo a D. Madalena, tem uma relação especial com o pai, conseguindo acalmá-lo e suavizar as situações.

A família já teve uma situação económica muito favorável (“Já tivemos tudo e agora não temos nada”), até há cerca de 10 anos atrás. Residiam numa moradia e criaram o próprio negócio no âmbito da ourivesaria. Os negócios com sócios e fornecedores começaram a correr mal e viram-se obrigados a abrir falência.

Desde essa altura, residem numa casa unifamiliar T2, com boas condições de habitabilidade, contando com todos os serviços e equipamentos necessários. A casa está arrendada em nome da filha, pelo facto de o casal não colocar nada em seu nome, pelos valores elevados de dívidas e receios de penhoras. O casal revela dificuldades em assegurar as despesas habitacionais, a medicação e a subsistência,

referindo que a situação de carência em que se encontra é motivo de discórdias e instabilidades. Recebe apoio alimentar em géneros, através de uma associação local.

Tendo em conta a evolução negativa com que caracteriza a sua vida, a D. Madalena revela sentir-se desanimada e desvalorizada, bem como com um sentimento de inutilidade e vazio na sua vida. Diz ter vontade de voltar a ser feliz. No sentido de mudar a sua vida, faz procura ativa de trabalho, recorrendo ao Gabinete de Inserção Profissional (GIP) da freguesia, ao jornal e a conhecimentos que circulam entre as pessoas. Contudo, declara que “estou nova para a reforma e velha para trabalhar”, contando episódios em que vai a entrevistas e lhe é dito que procuram uma pessoa mais nova. Esporadicamente, consegue alguns trabalhos em limpezas, sem proteção social.

Diariamente, a D. Madalena refere ocupar os seus dias com as tarefas e gestão domésticas, declarando ter muito gosto em cuidar dos seus vasos de plantas e em cozinhar. Cuida e passeia do cão, que a filha levou para sua casa. Afirma gostar de ouvir música para descontrair, bem como receber os seus filhos em sua casa. Os filhos são a sua maior alegria, o seu maior orgulho, quem a mimia muito e quem lhe transmite ânimo e motivação para o dia-a-dia. Refere que os filhos a incentivam a saber sempre mais, admitindo também ter curiosidade por saber mais acerca das novas tecnologias (telemóveis, computadores), que pensa ser a base do futuro.

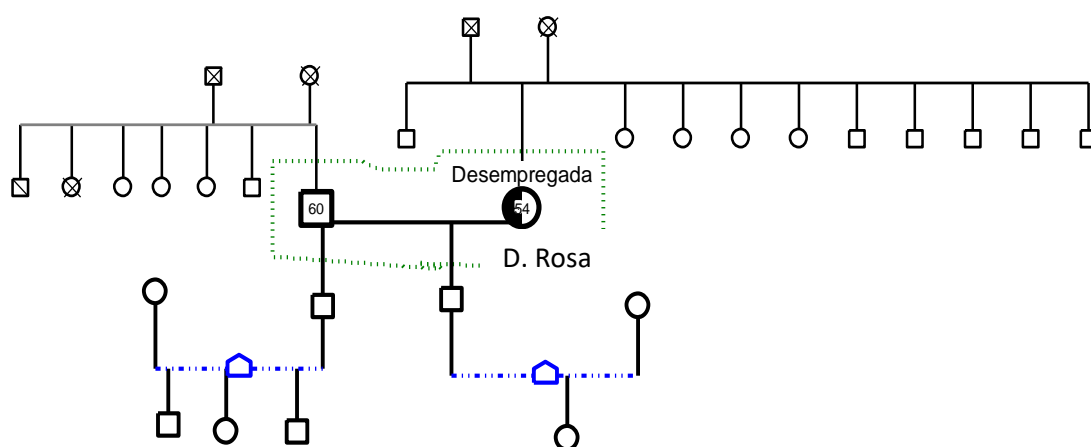
A família requereu a prestação de Rendimento Social de Inserção em fevereiro de 2008, mas encontrava-se em acompanhamento pela técnica da Ação Social local, tendo iniciado o acompanhamento pela equipa em fevereiro de 2011 e tendo como técnica gestora do seu processo a Técnica Superior de Serviço Social. Ao longo do seu acompanhamento, a D. Madalena tem revelado uma progressiva disponibilidade para a intervenção. Sendo o marido o titular da prestação de RSI, era ele quem comparecia aos atendimentos no serviço, sendo aberta a possibilidade de a D. Madalena o acompanhar. Inicialmente, a família tinha dificuldade em expor a sua vida e resistia em pedir ajuda. Com o tempo e uma maior confiança com a técnica, foi estabelecida uma relação de proximidade, à qual a família entende que pode sempre recorrer, ainda que seja para uma conversa ou desabafo. O agravamento da situação incitou o pedido de outros apoios, como os géneros alimentares, estando a D.

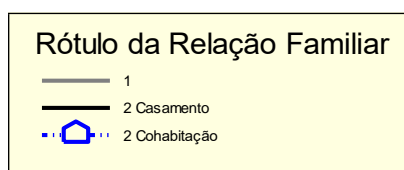
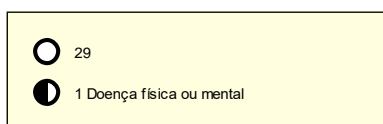
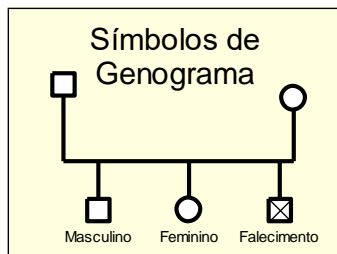
Madalena esclarecida quanto aos recursos que existem na comunidade, os apoios e os serviços a que pode recorrer. A D. Madalena necessitava desta orientação e conhecimento, bem como energia a desconstrução da sensação de vergonha e humilhação por pedir ajuda. O marido mantém dificuldades em aceitar a situação em que se encontram, mantendo vergonha de pedir ajuda, mas a D. Madalena adquiriu estratégias que lhe permitem superar os problemas e sensibilizar o marido no mesmo sentido. A família nunca tinha participado noutros projetos ou ações desenvolvidos pela equipa.

A D. Madalena também tem participado ativamente do grupo, referindo que nos períodos das sessões se sente mais alegre e valorizada, sendo também momentos em que se distrai das dificuldades da sua vida ou que as pode partilhar com quem as percebe. Afirma que o seu principal objetivo é voltar a trabalhar, mas diz ter cada vez menos esperanças. Declara querer voltar a ter paz na sua vida e poder viver com menos preocupações. Assume ter saudades de ter gosto por passear e cuidar mais de si.

Caracterização da D. Rosa

Genograma





A D. Rosa tem 54 anos, é casada e natural de outro concelho, do mesmo distrito. Fisicamente, tem cerca de 1,65m de altura e apresenta uma estrutura física média. Tem o cabelo loiro e gosta de o usar comprido, solto ou preso com “rabo-de-cavalo”. Gosta de usar bijuteria, nomeadamente anéis, pulseiras e colares. Refere que quando se sente melhor consigo própria, gosta de se maquilhar e arranjar o cabelo antes de sair de casa, o que nem sempre acontece.

Possui o 6º ano de escolaridade, concluído quando era adolescente. Encontra-se desempregada desde 2008, por doença. A sua experiência profissional refere-se à área da costura e limpezas. No que diz respeito a problemas de saúde, sofre de diabetes, hipertensão, colesterol e um problema na vesícula (não especificado). Nos últimos meses, tem tido um acompanhamento médico mais regular e aguarda uma possível cirurgia, uma vez que tem uma artéria entupida no intestino e quistos no pâncreas que apresentam tendência para o aumento progressivo. Já teve já uma pneumonia e um AVC há 8/9 anos, sendo que em consequência deste ficou com paralisia nos membros do lado direito; com fisioterapia, recuperou significativamente, pelo que hoje em dia sente apenas alguma resistência em certos movimentos e adormecimentos, sobretudo no braço.

O marido tem 59 anos e é natural do mesmo concelho que a sua esposa. Possui o 4º ano de escolaridade. Encontra-se desempregado desde 1993, por falência da empresa em que trabalhava. Desenvolveu atividade profissional como estucador e na

área da construção civil. Depois do despedimento, ia conseguindo trabalhos sem proteção social; no entanto, desde 2006, estes trabalhos têm sido muito irregulares e há cerca de 5 anos ainda mais. Relativamente à sua saúde, apresenta uma úlcera no estômago.

A relação entre o casal é estável. Segundo a D. Rosa, o casal tem um bom entendimento, partilhando o que têm de bom e de mau na vida. Apoiam-se um ao outro na superação das dificuldades. O marido apoia nas tarefas domésticas, dividindo responsabilidades.

A família reside numa habitação T2 arrendada, com razoáveis condições de habitabilidade. Apresenta alguma humidade, mas dispõe dos serviços e equipamentos necessários. No entanto, o casal apresenta dificuldades em assegurar as despesas fixas mensais, sobretudo pelo valor elevado da renda, face aos rendimentos que apresentam (unicamente a prestação do RSI). Beneficia de apoios alimentares através de entidades locais, mensalmente. Devido à venda da casa onde residem, a senhoria da mesma alertou que terão que abandonar a mesma, pois não apresentam uma situação legal (não tem contrato nem recibos) e a casa será passada ao novo proprietário. Por este motivo, o casal tem feito procura de alternativa habitacional, sendo para a D. Rosa tem tido o apoio do grupo “Mulheres Anónimas” neste sentido.

O casal tem dois filhos, maiores de idade, que já se autonomizaram e não fazem parte do agregado familiar, coabitando com as respetivas companheiras. O filho mais velho tem três filhos (dois meninos e uma menina) e o filho mais novo tem uma filha. A D. Rosa refere ter contacto e uma boa relação com os filhos, mas estes não parecem afigurar-se como uma retaguarda para si em termos económicos, pois também vivenciam algumas dificuldades (apesar de trabalharem, recebem baixos salários e têm elevadas despesas a suportar).

A mãe da D. Rosa já faleceu e o pai encontrava-se gravemente doente, estando dependente de cuidados de terceiros, acabando por falecer no início de 2017. De entre os seus 10 irmãos (4 mulheres e 6 homens), com quem não tem uma relação muito próxima, a D. Rosa era a que tinha maior disponibilidade e a mais presente, pelo que se deslocava diariamente a casa do pai para apoiá-lo. A D. Rosa afirma não

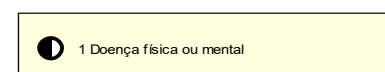
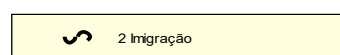
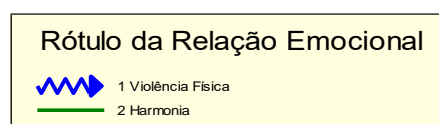
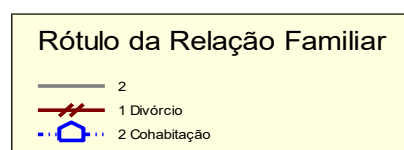
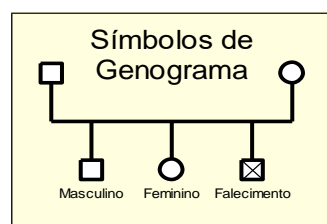
ter uma relação próxima com os seus irmãos, que nunca vieram a sua casa, onde vive há mais de 10 anos. O irmão mais velho está no estrangeiro e todos os outros vivem noutra concelho, de onde é natural; quando se desloca lá a pé, demora duas horas e meia a lá chegar. Tem um irmão mais velho, seguem-se as 5 mulheres, sendo a mais velha destas e tem ainda 5 irmãos rapazes mais novos. É com um destes mais novos que tem uma relação mais próxima, até de maior afinidade com a cunhada, que também apresenta problemas de saúde.

Os sogros da D. Rosa já faleceram: a sogra há 5 anos e o sogro há mais de 30 anos. O marido tinha 6 irmãos, mas dois faleceram: uma irmã há 2 anos e um irmão há 3 anos. Tem 3 irmãs e 1 irmão vivos, que residem no mesmo concelho, mas noutra freguesia, da família de origem da D. Rosa. No entanto, não existe uma relação de proximidades entre os irmãos, mantendo apenas algum contacto com a irmã mais nova.

O casal demonstra não apresentar retaguarda familiar, além dos filhos e do irmão e cunhada da D. Rosa, que apoiam emocionalmente e, por vezes, lhe dão géneros alimentares.

A D. Rosa afirma ocupar os seus dias com a casa, referindo que às vezes limpa o que já está limpo, mas que encontra sempre o que fazer. Diz gostar muito de cozinhar e, sempre que consegue comprar os ingredientes, gosta de confeccionar pratos típicos e sobremesas. Dados os seus problemas de saúde, um pouco em cada dia, sente necessidade de descansar um pouco, deitada no sofá. Em casa, gosta de ouvir música, sobretudo fados e as músicas do Tony Carreira, bem como tem interesse em ver televisão, especialmente telenovelas. Afirma também gostar de se ocupar com trabalhos de costura e jogos/passatempos como sopa de letras, palavras cruzadas ou sudoku. Por vezes, faz caminhadas com o marido, mas quando tem assuntos diversos a tratar já fica com a caminhada feita, pois desloca-se sempre que possível a pé. Uma vez por semana, tem frequentado uma aula de zumba gratuita, numa associação local, junto a sua casa.

A D. Rosa requereu a prestação do RSI em setembro de 2006, mas encontrava-se em acompanhamento pela técnica da Ação Social local, tendo iniciado o acompanhamento pela equipa em julho de 2012 e tendo como técnica gestora do



A D. Conceição tem 50 anos e é natural da freguesia onde reside. Fisicamente, mede aproximadamente 1,55m e utiliza sempre calçado com tacão. É morena e usa o cabelo comprido preto. Sendo visíveis vários cabelos brancos, manifesta vontade de o pintar mais vezes, o que nem sempre consegue. Gostaria de se cuidar mais fisicamente, mas admite não ter vontade, já que raramente vai “a algum lado que valha a pena”.

É divorciada, tendo o ex-marido e pai dos seus filhos já falecido, em junho de 2012. A D. Conceição relatou ter sido vítima de violência doméstica física e verbal, enquanto casada, confirmando que a mesma e os constantes conflitos motivaram a separação e posterior divórcio. Tem um namorado há cerca de 3 anos, mas não coabitam.

Possui o 4º ano de escolaridade. Encontra-se desempregada, desde 2004, por problemas de saúde. Teve um AVC em 2004 e teve necessidade de ser operada à cabeça, devido a um aneurisma, em maio de 2007. Além disso, é hipertensa e tem uma úlcera no estômago. Já apresentou um quadro depressivo, que atualmente está ultrapassado. Já requereu a pensão por invalidez, que foi indeferida, contudo tem dificuldades na reintegração profissional. Apresenta experiência profissional na área da costura, das limpezas e como empregada de balcão.

A filha tem 12 anos e frequenta o 6º ano de escolaridade. Tendo em conta os seus problemas de saúde, durante um período (entre os 2 e 7 anos de idade da menor), a D. Conceição contou com o apoio da mãe da namorada do filho para prestar cuidados a esta filha. Esta ficava alguns dias e algumas noites com esta senhora, quem se assumia como sua encarregada de educação na escola e quem tinha os seus documentos. Quando a menor regressou definitivamente a casa, existiram conflitos entre as famílias. A menor já teve processo na CPCJ, com medida aplicada de apoio junto da mãe por meio ano, mas foi arquivado. A abertura do processo ficou a dever-se a uma denúncia por parte da senhora que cuidou da menor, em 2012, uma vez que o pai da menor faleceu e considerava que os valores do subsídio de funeral e pensão de sobrevivência deveriam ser colocados numa conta bancária para a menor, não ficando sob a gestão da D. Conceição. Devido aos conflitos existentes, a D. Conceição teve que fazer novos documentos para a filha, já que os mesmos não lhe foram entregues. Tornou-se a encarregada de educação na escola, aquando do regresso definitivo da filha para casa. Por opção própria e de uma forma gradual, a menor foi perdendo o contacto com a senhora que cuidou de si até aos 7 anos, mencionando que, quando ia para sua casa, ouvia constantes críticas acerca da sua mãe. Aparentando lidar bem com esta situação, declarou preferir ficar com a mãe.

A relação entre é boa. A D. Conceição refere ter muita paciência no que respeita à educação da filha, o que admite não ter tido com os mais velhos. Gosta de estar com ela a fazer os trabalhos de casa, embora não consiga ajudar. Afirma ter interesse e gosto em ouvir a filha, o que contribui para que tenham uma relação próxima.

A família reside numa habitação arrendada T2, com razoáveis condições de habitabilidade. A casa apresenta um pouco de humidade, mas dispões de equipamentos e serviços necessários. Em termos de rendimentos, conta com a prestação do RSI, a pensão por sobrevivência da filha e o abono de família da mesma. Recebe apoios alimentares de entidades locais, mensalmente.

Tem mais dois filhos: um filho de 29 anos e uma filha de 24 anos. Ambos encontram-se no estrangeiro (Bélgica e Holanda, respetivamente), onde trabalham e vivem com os respetivos companheiros e filhos. O filho emigrou em maio de 2013. A filha já lá se encontra desde outubro de 2011, tendo estado a residir com o pai e

madrasta quando completou 18 anos. A D. Conceição tem 3 netos (um rapaz e uma rapariga do filho e um rapaz da filha). Apresenta retaguarda por porte destes filhos, sendo que sempre que necessita tem a ajuda dos mesmos. Apesar da distância, mantêm uma relação próxima, mantendo contacto regular por telefone e internet.

A D. Conceição mantinha contacto regular também com a sua mãe, que apresentava problemas de saúde e faleceu no final de 2016. O pai também já faleceu. Mantém proximidade com os dois irmãos: um irmão e uma irmã, ambos residentes na mesma freguesia. Tem boa relação com os ex-sogros, também residentes na mesma freguesia.

No que diz respeito ao seu quotidiano, a D. Conceição refere ocupar-se com as tarefas associadas à casa. Gosta também de ir ao café, declarando que ainda que não tenha dinheiro para tomar café, às vezes vai para conversar ou ver o jornal. No entanto, admite que tem diminuído as idas ao café porque lhe custa lá ir sem consumir nada. Depois do almoço, gosta de ver a novela, sentada no seu sofá. Quando a filha chega da escola, gosta de estar com ela a fazer os trabalhos de casa, embora não consiga ajudá-la. Jantam as duas, sendo que a D. Conceição afirma gostar de confeccionar receitas diferentes, recorrendo à imaginação para contrariar os baixos recursos. Depois fazem uma caminhada ou vêem a novela juntas. A D. Conceição conta também que, por vezes, também se encontra com o namorado e, de vez em quando, vão juntos a um baile, deixando a filha em casa de uma amiga. Desde junho de 2017, durante o dia, tem prestado apoio ao ex-sogro, que tem alzheimer e se encontra em tratamentos a um cancro.

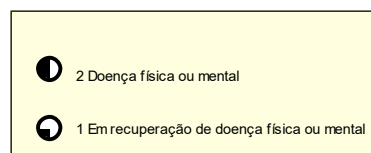
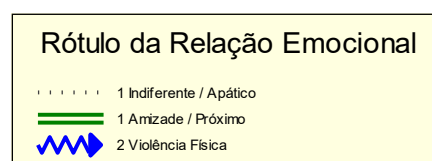
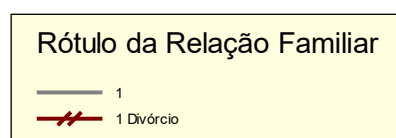
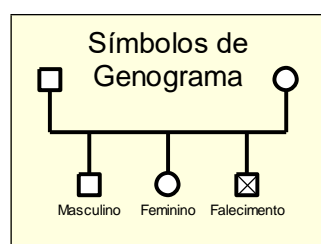
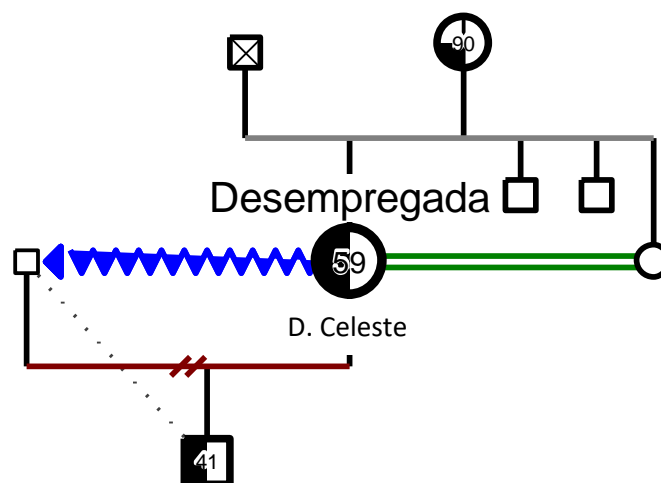
A família requereu a prestação de RSI em setembro de 2006 e encontra-se em acompanhamento pela equipa desde julho de 2007, sendo a técnica gestora do seu processo a Educadora Social. Ao longo do seu acompanhamento, a D. Conceição tem sido apoiada e orientada em questões quotidianas, na gestão doméstica e na educação da filha, verificando-se melhorias significativas a este nível. Sobretudo na fase em que a filha regressou a casa e existiu medida na CPCJ, a D. Conceição relevava que o acompanhamento se revelava crucial, no sentido de a preparar e reforçar as suas capacidades e competências. Neste sentido, apesar de já ter sido despejada duas vezes de casas anteriores, a equipa apoiou a família no reequilíbrio,

sendo que foi conjuntamente estabelecido um plano de regularização de dívidas que cumpriu. Tinha dívida na mercearia, que pagou com algumas horas de trabalho voluntário negociado. Conseguiu provar que estava disponível e com capacidades para prestar os cuidados à filha, sendo arquivado o processo na CPCJ. Tendo uma filha menor, a articulação com a escola mantém-se frequente. Os seus filhos mais velhos reconhecem a necessidade de a ajudar, quando antes consideravam que era uma obrigação da Segurança Social. A D. Conceição tem participado em diferentes projetos ou ações desenvolvidas pela equipa e pelas quais demonstra interesse, como é o caso de ações dirigidas a trabalhos manuais, ao desenvolvimento de competências pessoais, sociais e parentais, bem como à comemoração de datas festivas. Estas ações têm-se revelado importantes para a autoestima e para o reconhecimento das capacidades da D. Conceição.

A D. Conceição é das mais participativas e faladoras no grupo, apresentando quase sempre uma boa disposição contagiante. Conta as suas peripécias e até as vivências mais tristes de forma positiva, valorizando o facto de as ter ultrapassado. A sua forma espontânea e alegre de ser permite falar de assuntos mais delicados com alguma leveza, assim como consegue fazer o grupo rir. Refere constantemente que a sua maior riqueza são os seus filhos e netos, assim como continuar viva para os ver crescer. Diz que gostava de saber utilizar o computador e a internet, sendo este um meio de contacto com o filho mais velho. Declara gostar de se divertir em bailaricos, pois adora dançar e conviver. No que diz respeito a interesses profissionais, menciona a costura como a área de maior interesse.

Caracterização da D. Celeste

Genograma



A D. Celeste tem 59 anos, é divorciada e natural da freguesia onde reside. Mede cerca de 1,55m e apresenta uma estrutura física média. Tem os cabelos médios, de cor clara, sendo visível o aparecimento de cabelo mais branco, pela idade. Por norma, apresenta com roupa mais desportiva, chinelos ou sapatilhas. Afirma não ter

disposição nem vontade de cuidar de si própria, dedicando o seu tempo à casa e ao apoio à mãe.

Possui o 4º ano de escolaridade. Encontra-se desempregada há cerca de 12 anos, tendo sido dispensada por término de contrato de trabalho. Por vezes, consegue alguns trabalhos esporádicos, na limpeza de casas particulares. Possui experiência profissional na área das limpezas (num hotel) e na das confeções, como ajudante. No que diz respeito à sua saúde, apresenta hipertensão e diabetes, controlados com medicação.

A D. Celeste casou com 17 anos, por se encontrar grávida e porque queria sair de casa dos pais e conquistar a sua liberdade e independência. O então namorado tinha a mesma idade e considera que ele sentiu obrigação de casar, mas não tinha sentimento por si. Quando casou, foi a viver para casa da sogra noutra concelho, por dois anos. Depois, o casal alugou casa, onde viveu durante um ano. Separou-se ao fim de 3 anos de casamento e declara não ter sido feliz, relatando ter vivido situações de violência doméstica física e verbal, logo a partir da noite de núpcias, quando estava grávida. Quando se separou tinha 20 anos e o seu filho tinha 3 anos. Voltou a casa dos pais (sua atual freguesia) e, posteriormente, alugou casa para si noutra concelho, onde esteve um ano, mas voltou para esta freguesia, alugando nova casa. Dadas as dificuldades económicas, há cerca de oito anos, reside numa casa pequena, na mesma “ilha” da casa da mãe.

Divorciou-se alguns anos depois da separação, tendo sido o seu ex-marido a requerer o divórcio para se voltar a casar. Não teve outros relacionamentos.

O seu filho tem 41 anos e saiu de casa para residir com a namorada, em janeiro de 2014. Este filho tem esquizofrenia e a D. Celeste lembra que era difícil lidar com a sua doença, quando ainda não estava medicado nem controlado. O mesmo é acompanhado em psiquiatria no Hospital de Valongo, tendo consultas de meio em meio ano; faz medicação diária, com a qual cumpre e mensalmente faz medicação injetável. Aferre pensão por invalidez e a namorada trabalha num café. A D. Celeste afirma não ter relação com a nora, conhecendo apenas por fotografias e sabendo por outras pessoas que aparenta ser boa pessoa. Diz não saber onde o filho vive porque

este não lhe diz. O filho vai a sua casa duas ou três vezes por mês e é quando se relacionam. Não existe relação próxima.

Reside sozinha numa habitação arrendada T1, com más condições de habitabilidade, pelo que se encontra inscrita para habitação social, reunindo condições e aguardando a atribuição de casa. Não tem água, recorrendo à casa da sua mãe para a obter. A luz encontra-se com ligação direta. Tem os equipamentos necessários, com exceção da máquina de lavar, pela falta de água. Lava a sua roupa à mão ou recorre à ajuda da irmã neste sentido.

A casa faz parte de uma espécie de ilha, onde reside também a sua mãe (pensionista) e um irmão mais novo (divorciado, ex-toxicodependente e também beneficiário da prestação do RSI). Estas casas estão arrendadas de forma ilegal, não existindo contrato nem recibos. Pertencem à paróquia, por doação, sendo o padre o seu senhorio. Uma vez que não tem comprovativos de despesas para apresentar, não tem direito a apoios alimentares em géneros. Beneficia da cantina social, por falta de condições para a confeção das refeições.

O seu pai faleceu há 8 anos. A sua mãe tem 90 anos e encontra-se fisicamente debilitada, praticamente acamada, há cerca de 8 anos, pelo que a D. Celeste e o seu irmão lhe prestam cuidados. Além deste irmão, com quem tem contacto diário por serem vizinhos, tem mais dois irmãos e uma irmã, também mais novos (é a mais velha). Estes dois irmãos residem noutras freguesias do concelho e, como estão mais afastados, não há um contacto tão regular nem próximo. A irmã reside na mesma freguesia e têm uma boa relação. Esta irmã tem uma condição económica e habitacional mais favorável, sendo ela quem lhe assegura retaguarda.

No que diz respeito às suas rotinas, a D. Celeste afirma ocupar-se com a organização e higienização da casa, tratamento de roupas (com lavagem manual), confeção de refeições e sobremesas, cuidados à mãe e organização e limpeza da casa da mãe, caminhadas e alguns trabalhos esporádicos que possam surgir. Declara, em alguns dias, também apoiar a irmã na casa desta, já que esta tem problemas psiquiátricos. Gosta de ver telenovelas ao final do dia, antes de se deitar.

A D. Celeste requereu a prestação do RSI em janeiro de 2014, quando o filho saiu de casa e deixou de contar com o seu rendimento. Encontra-se em acompanhamento

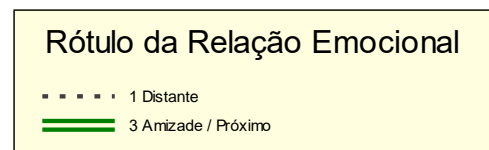
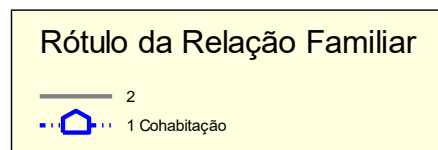
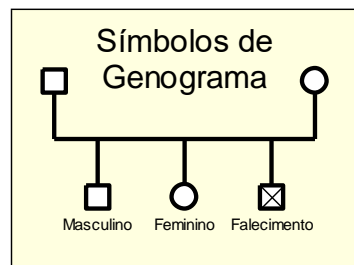
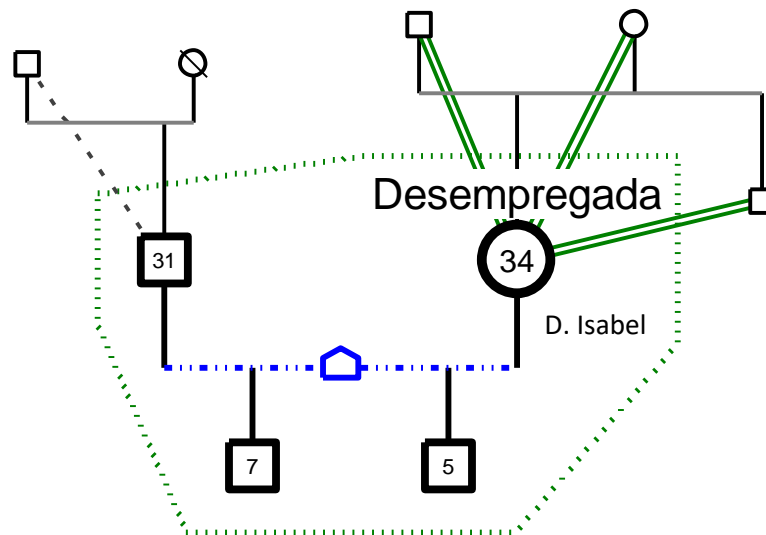
pela equipa desde setembro de 2014, sendo a Educadora Social a técnica gestora do seu processo. Esta prestação é o seu único rendimento, sendo que apenas esporadicamente consegue pequenos trabalhos, sem proteção social, especificamente limpezas ou passar a ferro em casas particulares.

Ao longo do seu acompanhamento pela equipa, a D. Celeste nunca tinha participado em nenhum projeto em grupo. Verifica-se que este acompanhamento a beneficia no sentido de lhe permitiu ter uma maior orientação e apoio na resolução de problemas quotidianos.

A participação da D. Celeste no grupo tem sido ativa. Partilha as suas vivências pessoais, nomeadamente as dificuldades que ultrapassou com a doença do filho e com as situações de violência doméstica. Apesar de o filho já se ter autonomizado, continua a mostrar uma grande preocupação, sobretudo pela sua doença. Revela sentir-se compreendida pelas restantes participantes e considera que a presença no grupo se assume como um momento em que pode descontraír e falar de assuntos sobre os quais não tem por hábito falar. O seu maior desejo é ter uma casa com melhores condições de habitabilidade. Gosta de fazer caminhadas, ver televisão e ocupar-se com tarefas domésticas, sobretudo na cozinha.

Caracterização da D. Isabel

Genograma



A D. Isabel tem 34 anos e é solteira. Fisicamente, tem cerca de 1,65m de altura e é a que apresenta uma estrutura mais forte, por relação às restantes. Tem o cabelo castanho e gosta de o usar muito curto. Afirma ter vontade de se cuidar, de arranjar as unhas e de se maquilhar, no entanto declara nunca ter tido muito jeito nem predisposição para estas áreas da beleza. Normalmente, usa roupas largas, com cores neutras, dizendo que se sente melhor assim, por ser mais forte.

Possui o 9º ano de escolaridade, concluído através do ensino regular, em jovem. Encontra-se desempregada desde janeiro de 2010, por despedimento. Possui experiência profissional como copeira, repositora e empregada de limpeza. Não tem problemas de saúde. A D. Isabel apresentava uma autoestima frágil e dificuldade em sorrir pela falta e mau estado dos dentes; no entanto, fez tratamento e foi apoiada para a colocação de prótese dentária, em maio de 2016, verificando-se uma grande melhoria na sua aparência, bem como na sua forma de estar e falar. Em abril de 2017, integrou formação profissional, curso EFA de Técnico de Auxiliar de Saúde, para obtenção do 12º ano, sendo esta uma área do seu interesse, pelo que se encontra muito motivada.

Reside em união de facto desde fevereiro de 2010. O companheiro tem 31 anos e possui o 6º ano de escolaridade. Encontra-se desempregado desde 2009, altura em que regressou do estrangeiro, onde esteve a trabalhar e foi dispensado por diminuição do trabalho. Apresenta experiência profissional na área da construção civil, mas diz ter alguns conhecimentos de outras áreas (como pichelaria, eletricidade, etc), pelo que, por vezes, realiza alguns trabalhos esporádicos nas mesmas. Relativamente à sua saúde, sofre de asma.

A D. Isabel conta que conheceu o companheiro em 2009. Nessa altura, este estava integrado num albergue, pois tinha regressado do estrangeiro e encontrava-se sem rendimentos e sem retaguarda familiar. Após alguns meses de namoro, e face à situação do companheiro, decidiram coabitar, tendo apoio do pai da D. Isabel na compra de casa, da qual ficaram a pagar amortização ao banco. Nessa altura, a D. Isabel ainda recebia subsídio de desemprego.

A D. Isabel relatou que, em 2015, a sua relação conjugal foi pautada por violência, na forma verbal e psicológica. Mencionou que o companheiro a insultava, era autoritário e controlador. Fazia ele próprio a gestão da conta bancária da D. Isabel, que ficava apenas com algum dinheiro (cerca de 10€) para todo o mês. Assegura que, com o apoio da sua família e da psicóloga da equipa, esta situação foi temporária e foi ultrapassada, já não se verificando, sendo que ambos gerem o dinheiro e a casa, tendo os mesmos direitos. Segundo a D. Isabel, o companheiro não voltou a desrespeitá-la, desde o final de 2015.

O casal tem dois filhos rapazes, de 7 e 5 anos, que frequentam equipamento educativo adequado à idade. O filho mais velho integrou no ano letivo 2016/2017 o 1º ano de escolaridade, apresentando dificuldades de integração e de aprendizagem. O menor revela insegurança, imaturidade e problemas ao nível da separação da mãe, de acordo com a psicóloga da equipa de RSI, que tem acompanhado individualmente o menino, em articulação com o acompanhamento à mãe D. Isabel, apoiando-a na aquisição e melhoria de competências. O menor tem problemas de visão (estrabismo).

O filho mais novo apresenta um atraso psicomotor, tendo acompanhamento por pedopsiquiatria (H Magalhães Lemos) e pela equipa da ELI, tendo contacto mais próximo com a educadora de infância que integra a pré-escola que o menor frequenta. Após melhorias significativas, a partir do início de 2017, o menor deixou de ter acompanhamento regular da equipa ELI, que fará nova avaliação no final do ano letivo. As consultas de pedopsiquiatria têm sido também mais espaçadas (meio ano). Teve alta da terapia ocupacional e da terapia da fala.

A família reside num apartamento T2, com boas condições de habitabilidade, contando com os diferentes serviços e equipamentos necessários. A casa foi comprada pelo pai da D. Isabel, estando em nome desta. O casal paga amortização ao banco e tem conseguido assegurar as restantes despesas, contando com o valor do RSI e abono de família. Recebe apoio alimentar em géneros através da união de freguesias e em vales através da câmara municipal.

A D. Isabel refere que, quando era jovem, tinha conflitos com o pai, que considera que era bastante exigente consigo, mas estes foram ultrapassados. O pai é reformado da PSP e a mãe é doméstica. Tem um irmão mais novo, padrinho do filho mais velho. Os pais e irmão da D. Isabel vivem noutra freguesia do mesmo concelho e são a retaguarda que este agregado apresenta; mantêm uma boa relação e de proximidade. Nas férias, os menores costumam estar com os avós (fazer praia, passear,...) e ao fim de semana têm por hábito estar todos juntos. A mãe do companheiro da D. Isabel já faleceu e com o pai deste não existe relação; não há relação nem qualquer retaguarda com a família do companheiro.

Antes de integrar o curso de formação profissional, a D. Isabel relatava ocupar os seus dias com os cuidados da casa e dos filhos. Desde que ficou desempregada, engravidou e dedicou-se à educação dos filhos que, apresentando dificuldades e problemas, lhe ocupavam um maior tempo e exigiam uma maior dedicação. A D. Isabel assume sentir que é demasiado protetora e muito insegura, sendo que considera que isto pode estar associado às dificuldades e receios do filho mais velho. Quanto ao filho mais novo, sempre se esforçou por saber como o poderia ajudar, recorrendo aos serviços existentes. Além disto, a D. Isabel afirma que gostava de jogar computador e sozinha tentar aprender mais de informática, que é uma área do seu interesse. Atualmente, leva os filhos à escola e vai para as instalações onde decorre a formação, onde também almoça. O companheiro vai buscar os filhos à escola e adianta o jantar, pois a D. Isabel chega a casa por volta das 19h. Afirma que o companheiro tem colaborado, dividindo responsabilidades, sobretudo ao final do dia: apoio nos trabalhos de casa, refeição banhos, etc. A D. Isabel mostra-se entusiasmada por ter voltado a ter rotinas e objetivos na sua vida.

A D. Isabel requereu a prestação de Rendimento Social de Inserção em fevereiro de 2012 e a família encontra-se em acompanhamento pela equipa desde julho 2012, tendo como técnica gestora do processo familiar a Técnica Superior de Serviço Social. Ao longo do seu acompanhamento, a D. Isabel tem desenvolvido competências pessoais, sociais e parentais, que lhe têm permitido estar mais preparada para lidar com os problemas e adversidades que lhe surgem. É visível a melhoria da sua autoestima e da sua valorização pessoal, conseguindo reconhecer as suas capacidades e potencialidades. Na relação com o companheiro, conseguiu munir-se de apoio, recursos e estratégias que lhe permitiram ultrapassar a situação. Beneficiou de acompanhamento individual com a psicóloga da equipa, que atualmente acompanha o filho mais velho. A par deste acompanhamento, tem sido ainda fundamental a articulação frequente com a escola, nomeadamente com o professor titular da turma do menor. Enquanto o filho mais novo mantinha acompanhamento pela equipa da ELI, o contacto e articulação foram também frequentes, possibilitando uma intervenção articulada junto dos pais. Procurou-se que o companheiro da D. Isabel se envolvesse cada vez mais na dinâmica familiar,

chamando-o a falar e responsabilizar-se. Atualmente, com integração na formação por parte da D. Isabel, para que esta não tenha que faltar, é o companheiro quem comparece mais vezes ao serviço, nomeadamente para atendimentos de RSI ou para que o filho mais velho tenha acompanhamento psicológico. A integração em formação foi a concretização de um objetivo, o qual a D. Isabel tem esperança que a possa auxiliar, futuramente, na procura de emprego. Sente-se mais aliviada com as evoluções significativas do filho mais novo, ansiando que sua integração no 1º ciclo possa ser mais fácil do que a do seu filho mais velho.

Inicialmente, a D. Isabel sentia-se constrangida no grupo, partilhando que tinha vergonha de falar por ter problemas dentários. Desde logo, o grupo valorizou a partilha, apoiou e incentivou no sentido do tratamento. A partir desse momento, a participação da D. Isabel foi se tornando mais ativa, o que foi ainda mais notório após a colocação da prótese. A D. Isabel partilha com o grupo sobretudo as suas dificuldades e preocupações com os filhos, bem como com a reintegração profissional. O maior desejo da D. Isabel é ver os seus filhos evoluir positivamente e contribuir para o mesmo. A vontade de trabalhar para melhorar a sua vida é outro dos seus objetivos. Revela que gosta de fazer jogos *online* e conversar com pessoas que não conhece e que não a poderão julgar, no entanto assume que no grupo sente à vontade em falar, sem receio de julgamentos. Um outro contributo que leva do grupo é sugestões de receitas culinárias, admitindo não ter muita vocação para a cozinha e ter necessidade de aprender mais.

L. QUADRO SÍNTESE DA CARACTERIZAÇÃO GRUPAL DAS “MULHERES ANÓNIMAS”

	Composição do AF	Escolaridade	Ocupação	Áreas profissionais	Situações de Risco	Tempo na medida / equipa
D. Mariana	Própria (36 A)	12º ano	Trabalhadora em regime de part-time (desde 2003).	Empregada de balcão e mesa; Secretária; Feirante; Operadora de caixa (atual).	Sobrelotação na habitação (T1). Problemas dos filhos na escola, sobretudo do mais velho no passado e do mais novo no presente. Relação conjugal conturbada. Ausência de relação entre a família de origem da própria e o companheiro (etnia cigana).	2009 / 2009
	Companheiro (39 A)	4º ano	Trabalho a tempo parcial.	Feirante.		
	Filho (15 A)	Frequenta o 8º ano.	Educação			
	Filha (11 A)	Frequenta o 5º ano.	Educação			
	Filho (6 A)	Frequenta o 1º ano.	Educação			

D. Carmen	Própria (51 A)	9º ano	Desempregada (2007).	Costura; Metalúrgica; Auxiliar de serviços gerais.	Problemas de saúde. Problemas dos filhos na escola, no passado. Medida na EMAT no passado. Problemas na relação conjugal passada.	2006 / 2006
	Mãe (74 A)	3º ano	Pensionista.	Comércio de móveis.		
	Irmão (37 A)	12º ano	Desempregado.	Construção civil.		
	Filho (23 A)	6º ano	Desempregado.	Sem experiência.		
	Filha (21 A)	11º ano	Desempregada.	Sem experiência.		
D. Fernanda	Própria (54 A)	9º ano	Desempregada (há cerca de 20 anos).	Costura.	Problemas de saúde. Problemas da filha na escola, no passado. Violência doméstica no passado. Relação conturbada.	2012 / 2012
	Marido (58 A)	3º ano	Desempregado (há cerca de 10 anos).	Pintor da construção civil.		
	Filha (17 A)	Frequenta o 9º ano.	Educação			
D. Madalena	Própria (53 A)	4º ano	Desempregada (2006).	Limpezas; Aprendiz de costura.	Problemas de saúde. Relação conjugal conturbada.	2008 / 2011
	Marido (57 A)	6º ano	Desempregado (2007).	Ourives; Sapateiro		
D. Rosa	Própria (54 A)	6º ano	Desempregada (2008).	Costura; Limpezas.	Problemas de saúde.	2006 / 2012
	Marido (60 A)	4º ano	Desempregado (1993).	Estucador; Construção civil.		

D. Conceição	Própria (50 A) Filha (12 A)	4º ano Frequenta o 6º ano.	Desempregada (2004). Educação	Costura; Limpezas; Empregada de balcão.	Problemas de saúde. Violência doméstica no passado. Medida na CPCJ no passado.	2006 / 2007
D. Celeste	Própria (59 A)	4º ano	Desempregada (há cerca de 12 anos).	Costura / confeções; Limpezas.	Casa com más condições de habitabilidade. Violência doméstica no passado.	2014 / 2014
D. Isabel	Própria (34 A) Companheiro (31 A) Filho (7 A) Filho (5 A)	9º ano 6º ano Frequenta 1º ano. Frequenta pré-escola.	Desempregada (2010). Desempregado (2010). Educação Educação	Copeira; Reposição; Limpezas. Construção civil.	Problemas dos filhos de saúde e na escola. Acompanhamento por outros serviços. Violência doméstica no passado.	2012 / 2012

M. ANÁLISE DOS VÁRIOS PROBLEMAS IDENTIFICADOS, ANTES DA SUA PRIORIZAÇÃO

No âmbito da avaliação de contexto, começaram por ser apresentados vários problemas, ao longo das primeiras sessões com o grupo, após a aceitação de participação na conceção e desenvolvimento do projeto.

Assim, desde logo, o grupo identificou o desemprego e o baixo nível de escolaridade, a par da dificuldade na reintegração profissional. Sete das oito mulheres encontram-se em situação de desemprego de longa duração, há pelo menos sete anos. Apesar de a D. Mariana se encontrar a exercer atividade profissional, revela que um trabalho em regime *part-time* não é suficiente, considerando que tem um trabalho precário e que necessita de encontrar outro com melhores condições, sobretudo ao nível financeiro. O grupo considera que o desemprego é um motor de grande parte dos problemas que vivenciam, como a desvalorização pessoal, a falta de rotinas e ocupações, a falta de cuidados pessoais, a insuficiência de rendimentos e até mesmo as discussões conjugais, sendo estas efetivamente algumas das consequências apresentadas na literatura.

No que diz respeito ao baixo nível de escolaridade, este problema não é comum a todas as mulheres, já que três delas apresentam o 9º ano de escolaridade (D. Isabel, D. Fernanda e D. Carmen, as duas últimas através de formação profissional posterior) e uma possui o 12º ano (D. Carmen). As restantes quatro mulheres (D. Conceição, D. Celeste, D. Madalena e D. Rosa) consideram que ter o 4º ou o 6º ano de escolaridade as limitam na procura de emprego, declarando que, até mesmo para limpezas, é solicitado pelas entidades patronais um nível superior de escolaridade. Reconhecem, assim, que a sua formação e qualificações são insuficientes perante as exigências do mercado de trabalho, cada vez mais modernizado. No entanto, estas mulheres revelam não ter interesse nem disponibilidade para investir na sua escolarização, sobretudo pela idade e por terem outras preocupações que consideram mais basilares. É de considerar ainda que as respostas que existem ao nível dos processos formativos se tratam de ações de educação formal com planos pré-definidos, que

não vão ao encontro das características e reais necessidades das pessoas. Paralelamente, estas ações, muitas vezes, não têm ligação com os saberes práticos e profissionais, que é o que estas mulheres valorizam. Além disto, considera-se que os seus percursos de escolarização, marcados pelo abandono precoce, também dificultam os níveis de motivação e de confiança para encarar novas experiências de educação e formação.

Além do baixo nível de escolaridade, o grupo identifica outros motivos para a dificuldade na reintegração profissional como a idade, os problemas de saúde, os transportes insuficientes e de custo elevado, as dificuldades em conjugar os horários com os cuidados aos filhos (D. Mariana e D. Isabel, embora admitam que teriam retaguarda dos companheiros e pais), sem esquecer a própria conjuntura económica e política do país. Pelos discursos do grupo, é ainda de mencionar os insuficientes conhecimentos para a procura de emprego e a dificuldade em assumir o compromisso de o fazer, por ausência de expectativas positivas.

Em conversas com o grupo e com a equipa, verifica-se que estes problemas conduzem à insuficiência de rendimentos. Desta forma, estas mulheres e suas famílias apresentam dificuldades em assegurar os seus pagamentos e despesas, bem como em aceder a bens e serviços, apresentando, por vezes, alguns endividamentos.

As mulheres que constituem o grupo referem ser notória a falta de cuidados de imagem pessoal, associada a uma baixa autoestima, à desvalorização pessoal e ao sentimento de vazio e inutilidade e ao isolamento. Revelam, assim, ter dificuldades em definir objetivos de vida, assumindo uma certa desmotivação e conformismo perante a mesma, o que também é apontado por parte da equipa de acompanhamento. Quando questionadas com o que sentem necessidade de mudar, as mulheres referem ter necessidade de ter mais energia e motivação, bem como acreditar mais em si próprias, sair mais de casa e conviver, já que as suas rotinas se resumem ao espaço familiar.

Cinco destas mulheres (D. Madalena, D. Carmen , D. Rosa, D. Conceição e D. Fernanda) relatam que os seus problemas de saúde também têm um impacto negativo nas suas vidas, embora se encontrem controlados, com medicação e acompanhamento médico. A D. Mariana e a D. Celeste acrescentam ainda as

condições de habitabilidade mais precárias, sendo que a primeira não quer abandonar a casa por ser própria e pagar amortização ao banco, enquanto a segunda não reúne condições económicas para aceder ao mercado de arrendamento privado e aguarda atribuição de habitação social.

Duas destas mulheres, D. Mariana e D. Isabel identificam ainda como problema o baixo rendimento escolar dos seus filhos que frequentam o 1º ciclo de escolaridade, decorrente de vários problemas e dificuldades que os menores vivenciam na escola. No presente, apenas estas duas senhoras referem que este é um problema; no entanto, a maioria das restantes relata que no passado esse problema também esteve presente nas suas vidas, atribuindo-lhe importância pelo facto de considerarem que, apesar de nem todas valorizarem a sua própria escolarização, gostariam que os filhos tivessem percursos escolares diferentes, obtendo mais formação e qualificação. Este problema é identificado também pela equipa, considerando que no presente é o principal motivo do maior número de acompanhamentos psicológicos da psicóloga da equipa, bem como têm sido crescentes os pedidos de ajuda por parte das famílias/pais e sinalizações por parte das escolas/professores. De acordo com a psicóloga da equipa, os principais problemas encontrados nas suas avaliações referem-se às seguintes áreas: leitura e escrita, comportamento, concentração, emoção, relacionamento, assertividade, gestão de conflitos, maturidade e autonomia. As crianças que apresentam estes problemas encontram-se em acompanhamento, a nível individual, no entanto, pelo menos em alguns deles, as mesmas beneficiariam de uma abordagem grupal, a par da intervenção com outros elementos das redes de suporte das crianças (pais, familiares, vizinhos, escola), dotando-os de mais capacidades e estratégias que influenciem positivamente o desenvolvimento das crianças. O grupo e a equipa atribuem importância ao trabalho com as crianças e seus pais, no sentido de as ajudar e acompanhar para conseguirem superar as suas dificuldades, pelo que consideram que este é um problema prioritário. Contudo, tendo em conta que o grupo não se mostrou todo ele envolvido e interessado neste tema, preferindo dar continuidade com ações em conjunto, assim como considerando que a equipa se mostrou disponível para concretizar igualmente uma ação neste sentido, resolveu-se

que uma ação a nível não integraria o projeto. Concluiu-se a decisão como positiva, por se evitar o risco de “separar” o grupo ou comprometer a sua coesão, tendo posteriormente maior tempo e disponibilidade para o trabalho com as crianças, o que assim o exige.

As oito mulheres que constituem o grupo relatam as suas relações conjugais, passadas ou presentes, com alguma instabilidade. Quatro delas (D. Conceição, D. Celeste, D. Isabel, D. Fernanda) declaram já terem sido vítimas de violência doméstica no passado. Neste grupo, inclui-se também a D. Fernanda que, apesar de no presente afirmar não existir qualquer tipo de violência em sua casa, declara existirem vários conflitos, sob a forma de discussões verbais, em que ambos argumentam e contra-argumentam. Também a D. Mariana e a D. Madalena referem ter este último problema, considerando que o mesmo advém das circunstâncias em que vivem. A D. Mariana faz inclusive recurso a um provérbio, alegando que “em casa onde não há pão, todos ralham e ninguém tem razão”. Efetivamente, de acordo com Paugam (2003, p. 17), “[q]uando os desempregados falam das suas dificuldades conjugais, estabelecem, muitas vezes, uma ligação de causalidade entre a perda do emprego e as tensões que aparecem em suas casas”. Este é um problema também identificado pela equipa, pelo conhecimento destas famílias. No entanto, para estas mulheres, existir este tipo de discussão é comum e é algo com que sabem lidar, acrescentando que o facto de estarem em casa com os maridos/companheiros quase as 24 horas de cada dia, muitas vezes sem ocupações, acarreta um maior nível de *stress*, que naturalmente transferem um para o outro. As mesmas garantem que não há qualquer tipo de violência física ou verbal, não havendo insultos, ameaças, coação ou imposições.

O grupo apresenta ainda críticas face a alguns aspetos da legislação, referindo que isto possa ser um problema por considerarem que pode existir desadequação da lei perante as realidades. Assumem que, quando pensam que certa situação acontece de uma determinada forma porque a técnica/equipa assim o entende, revoltam-se contra a mesma, demonstrando as suas críticas; no entanto, quando tomam consciência de que o mesmo acontece por força de uma legislação que rege o trabalho, tornam-se mais conformistas, encarando a lei como algo inalcançável e que

não vale a pena criticar. Neste sentido, sugeriu-se a discussão sobre o que existe de errado na lei, procurando apontar o que consideram que vai contra os seus direitos. No entanto, apesar de as mulheres referirem que as suas dúvidas e questões quanto a legislação devem ser esclarecidas para que possam assumir ou não a sua discordância, não identificam este como um problema a priorizar, referindo que sempre que as mesmas surjam terão oportunidade para falar e refletir em conjunto com a equipa.

Além destes problemas, a equipa identifica a multiassistência que se verifica junto de várias famílias que beneficiam de acompanhamento por diferentes serviços em simultâneo, nomeadamente a CPCJ ou EMAT, USF, escolas, serviços de especialidade e/ou equipa ELI, embora o mesmo não se verifique claramente entre estas oito mulheres. Por vezes, a existência de vários serviços faz com que as famílias se tenham que deslocar a diferentes equipamentos para atendimentos, provoca a definição de objetivos de intervenção distintos ou sobrepostos, e ainda origina diferentes orientações. De modo a resolver este problema, a equipa sente necessidade de promover uma maior articulação entre os vários serviços, de forma a rentabilizar os recursos e a intervenção. Neste sentido, tem desenvolvido um maior número de contactos e reuniões conjuntas, nomeadamente na presença das famílias. Os encontros decorrem no próprio serviço onde a equipa desenvolve funções ou num equipamento de um dos outros serviços envolvidos. Antecipadamente, procura-se mediar e ajustar disponibilidades, o que acarreta um esforço por parte de todos os serviços. Reconhece-se vantagens neste tipo de ação, pelo que se pensa que a sua continuidade contribuirá para a resolução deste problema, que já vem sendo diminuído. Este trata-se de um problema reconhecido, mas não identificado pelas oito mulheres do grupo, sendo que nem todas já o viveram. Contudo, ouvindo o parecer da D. Conceição (que teve medida de acompanhamento da CPCJ) ou da D. Isabel (que recorre a diferentes serviços, nomeadamente no acompanhamento aos filhos), consideram acarretar um maior *stress*, que em vez de ajudar pode dificultar a resolução de determinadas situações.

Ao longo do seu acompanhamento, a equipa tem ainda refletido acerca da crescente burocratização dos processos sociais. Efetivamente, são cada vez mais as

exigências burocráticas e as lógicas estandardizadas colocadas ao trabalho desenvolvido pela equipa. Cumulativamente, a avaliação a que a equipa está sujeita pelo serviço da Segurança Social, semestralmente, é maioritariamente quantitativa. Assim, a rigidez de procedimentos e a necessidade de justificar a intervenção (através de números concretizados) condicionam a possibilidade de ter mais tempo para a intervenção com as pessoas, tal como de promover mais ações que as envolvam verdadeiramente. A este nível, torna-se importante repensar as práticas profissionais, no sentido de averiguar se, mesmo respondendo de forma quantitativa, será possível desenvolver a intervenção numa abordagem qualitativa, o que se pensa ser possível através do desenvolvimento deste projeto.

N. QUADRO SÍNTESE DA AVALIAÇÃO DE CONTEXTO

Problema	Indicadores	Causas	Necessidades
Baixa autoestima (P1)	<p>“Por estas coisas, às vezes nem dá vontade para nada. Andamos aqui aos trambolhões na vida” (D. Celeste).</p> <p>“A baixa autoestima bloqueia-me” (D. Madalena).</p> <p>“Perde-se até a vontade de tudo. É um desleixo total” (D. Fernanda).</p> <p>“Antes ainda cuidava de mim, saía sempre jeitosa de casa. Agora, nem isso... Também nem é preciso” (D. Rosa).</p> <p>“De caminho já nem os filhos precisam de mim. Sirvo para quê?” (D. Carmen).</p>	<p>Constantes dificuldades e adversidades que vivenciam. Insucessos e fracassos com que se deparam.</p> <p>Sentimento de desvalorização e inutilidade.</p> <p>Diminuição do sentimento de autoeficácia.</p> <p>Desvalorização das suas capacidades.</p> <p>Sentimento de perda de competências e potencialidades.</p> <p>Diminuição da motivação para enfrentar as adversidades da vida.</p> <p>Diminuição do investimento em si próprias.</p>	<p>Ter um espaço para a partilha em que se sintam verdadeiramente compreendidas.</p> <p>Desenvolver o autoconhecimento.</p> <p>Aumentar o sentimento de (auto)confiança e de segurança.</p> <p>Reconhecer e reforçar as suas competências e potencialidades.</p> <p>Sentirem-se mais úteis e pessoalmente realizadas e valorizadas.</p> <p>Criar expectativas mais positivas.</p> <p>Cuidar da imagem pessoal.</p>

Problema	Indicadores	Causas	Necessidades
Isolamento social (P2)	<p>“(…) sentada no meu sofá, sem vontade de sair”.</p> <p>“Passamos a viver só para as coisas de casa e habituamo-nos a isso” (D. Conceição)</p> <p>“A nossa vida é dentro das quatro paredes com os de casa” (D. Fernanda)</p> <p>“Não podemos falar com toda a gente. Há pessoas que não entendem e julgam” (D. Mariana)</p> <p>“(…) na nossa situação, os amigos também se vão perdendo” (D. Carmen)</p> <p>“Também vamos fazer o quê ou vamos para onde? Mais vale estar em casa” (D. Celeste)</p>	<p>Desemprego.</p> <p>Perda de relações sociais.</p> <p>Perda de hábitos e rotinas.</p> <p>Resignação e desmotivação.</p> <p>Vergonha.</p> <p>Críticas.</p>	<p>Ter espaços e momentos de convívio e interação.</p> <p>Criar e fortalecer novas relações.</p> <p>Consolidar laços/redes de suporte afetivo.</p> <p>Ocupar os tempos livres, nomeadamente com atividades de interesse e momentos de diversão e lazer.</p> <p>Saber lidar com possíveis conflitos e os com os preconceitos ou estereótipos existentes.</p>

Problema	Indicadores	Causas	Necessidades
Desajuste entre as características pessoais e formativas das mulheres e as exigências e evoluções do mercado de trabalho (P3)	<p>“Agora é tudo chique, tudo se faz com máquinas” (D. Celeste).</p> <p>“E nós não sabemos mexer em nada disso, nem ligar um computador sequer” (D. Rosa)</p> <p>“As empresas só querem pessoas novas, até aos 30, com estudos e de preferência sem filhos” (D. Conceição)</p> <p>“Somos novas para reforma e velhas para trabalhar” (D. Carmen)</p> <p>“O centro de emprego também nunca tem nada para nós” (D. Fernanda)</p> <p>“Às vezes penso que sou eu que não sei procurar trabalho, que devo aprender outras formas” (D. Isabel)</p>	<p>Conjuntura social, económica e política do país.</p> <p>Idade reconhecida para a contratação.</p> <p>Escassa valorização das aprendizagens ao longo da vida.</p> <p>Baixa escolaridade.</p> <p>Ausência ou insuficiência de formação e qualificações.</p> <p>Insuficiência de recursos.</p> <p><i>Deficit</i> de competências de literacia para a procura de emprego.</p>	<p>Acompanhar a evolução: literacia informática.</p> <p>Desenvolver competências e estratégias que permitam favorecer ou melhorar a procura de trabalho.</p> <p>Desenvolver recursos pessoais e interpessoais para uma maior capacidade de iniciativa e adaptação.</p> <p>Desenvolver um maior compromisso, responsabilização e motivação para o processo de procura de emprego.</p>

O. QUADRO SÍNTESE DOS OBJETIVOS

Objetivos gerais	Objetivos específicos
Desenvolver a autoestima das mulheres (OG1).	Participar nos momentos de discussão e de partilha em grupo
	Identificar e reconhecer aspetos positivos de si e das outras
	Cuidar da sua imagem pessoal
	Sentirem-se mais valorizadas, seguras e confiantes
Ampliar a rede de relações (OG2).	Contrariar a tendência para o isolamento ou fechamento no seio familiar
	Fortalecer os laços existentes no grupo
	Consolidar redes/laços de suporte
	Partilhar conhecimentos e competências com a comunidade local
Potenciar competências e interesses pessoais para o desenvolvimento do conhecimento (OG3).	Adquirir competências básicas de informática
	Conhecer e aprender novas estratégias de procura de emprego
	Utilizar os seus interesses como forma de ocupação e valorização pessoal
	Planear e organizar as atividades

P. QUADRO SÍNTESE DAS AÇÕES

Ações	
<p>Ação 1</p> <p>“O cantinho das Anónimas”</p> <p><i>Março e Abril (quinta-feira à tarde)</i></p> <p>Com participação da psicóloga da equipa (nas 4 sessões iniciais) e da equipa do Escolhas (na <i>manicure</i>)</p> <p>Ao longo do todo o projeto</p>	<p>As “Mulheres Anónimas” em grupo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver o auto e heteroconhecimento; identificar e reforçar qualidades do próprio e do grupo; promover a autorreflexão; estimular a identificação grupal. - Refletir acerca dos efeitos dos diferentes tipos de comunicação e da influência do comportamento verbal e não-verbal na relação com os outros; reconhecer a importância da comunicação assertiva na gestão de conflitos. - Promover a valorização pessoal; identificar e analisar os discursos culturais relativos ao papel do homem e da mulher; reforçar o papel da mulher na família e na sociedade. - Fomentar o reconhecimento de qualidades; estimular a valorização pessoal e grupal; favorecer a confiança e coesão grupal; fortalecer os laços existentes. - Proporcionar e incentivar para os cuidados de imagem pessoal: sessão de <i>manicure</i>. - Momentos de encontro: partilha e reflexão.
<p>Ação 2</p> <p>“As Anónimas em ação”</p> <p><i>Maio, Junho e Julho (terça e/ou quarta-feira à tarde)</i></p> <p>Com participação da equipa do Escolhas</p>	<p>Informática com certificação:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Funcionalidades básicas, <i>word</i>, criação de conta de <i>e-mail</i> e pesquisas na internet <p>Informática vs Emprego</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elaboração do CV e da carta de apresentação - Pesquisa de ofertas de emprego <i>online</i> - Resposta e candidatura a anúncios de emprego <p>Informática vs culinária:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Edição de receitas culinárias - Criação de uma página do <i>facebook</i> - Elaboração de convites para as sessões práticas de culinária <p>Culinária:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Criação e personalização de um <i>dossier</i> de culinária - <i>Workshop</i> de culinária para jovens e equipas de culinária (mulheres e jovens), com posterior festa aberta à comunidade para experimentação e divulgação <p>Emprego:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Competências e estratégias de procura de emprego, desenvolvidas através de sessões grupais - Acesso a ofertas de emprego e formação atualizadas

Q. CALENDARIZAÇÃO DAS AÇÕES

Mês	Data	
Março - Abril	30/03/2017	Sessões de promoção de auto-estima, em co-dinamização com a psicóloga da equipa
	06/04/2017	
	13/04/2017	
	20/04/2017	
Maio	02/05/2017	Sessão de <i>manicure</i> Apresentação ao Escolhas
	09/05/2017	Introdução ao computador e programa <i>word</i>
	16/05/2017	Programa <i>word</i> – continuação – edição de receitas
	23/05/2017	Pesquisas na internet Preparação da sessão do dia 14 Planificação das sessões associadas à procura de emprego
	30/05/2017	Conta de correio eletrónico e sua gestão Continuação da edição de receitas
Junho	06/06/2017	Treino de competências. Exame e obtenção de certificado. Construção do <i>dossier</i> das receitas
	13/06/2017	Sessão grupal (adequada ao grupo) acerca das técnicas de procura de emprego, adequação da linguagem e postura, apresentação
	14/06/2017	Prática da culinária: <i>workshop</i> para jovens; lanche convívio
	20/06/2017 29/06/2017	Construção de um blogue culinário ou página do <i>facebook</i> (receitas estratégicas), com materiais da sessão passada (fotos e vídeos)
	27/06/2017	Elaboração de CV, carta de apresentação, pesquisa de ofertas de emprego, responder e/ou candidatar-se a anúncios, <i>sites</i> mais atuais e recomendados (técnicas de procura de emprego). Preparação da festa final.
Julho	05/07/2017	Continuação da preparação da festa final. Sessão de avaliação, desenvolvida em grupo: avaliação feita pelas “Mulheres Anónimas”. Definição do nome do projeto.
	12/07/2017	Prática da culinária: confeção de receitas por mulheres e jovens. Festa final, com convite à comunidade.

R. CATEGORIAS E SUBCATEGORIAS DE ANÁLISE: AVALIAÇÃO DO PROJETO

Ao longo do desenvolvimento e avaliação do projeto, os discursos produzidos pelo grupo e pela equipa de RSI serão integrados nos vários registos, em apêndice. Para a avaliação do processo e do produto será feita uma análise de conteúdo dos discursos, e também das práticas, a partir de categorias e subcategorias de análise, identificadas em função dos objetivos e das necessidades inicialmente elencadas. De referir que a categoria “Práticas profissionais” será analisada apenas na avaliação de produto, no sentido de avaliar os resultados indiretos do projeto, nomeadamente no que respeita ao impacto deste na intervenção de uma equipa de RSI.

Categorias	Subcategorias
Autoestima das mulheres	<ul style="list-style-type: none"> Partilhas em grupo. Auto e heteroconhecimento. Identificação e reconhecimento de competências e qualidades pessoais e grupais. Confiança e segurança pessoal e grupal. Valorização e satisfação pessoal. Valorização da imagem pessoal. Criação de expectativas mais positivas.
Rede de relações das mulheres	<ul style="list-style-type: none"> Convívio e interação. Compreensão, aceitação, respeito e autenticidade. Identificação e aproximação grupal. Fortalecimento de relações no grupo. Sentimento de pertença. Suporte e apoio: interajuda. Saída do espaço doméstico. Partilha com a comunidade e reconhecimento. Criação de novos laços e contactos sociais.

<p>Competências e interesses das mulheres</p>	<p>Apropriação de conhecimentos. Aprendizagens em grupo. Desenvolvimento e valorização de competências e interesses pessoais. Sentimento de utilidade. Capacidade de iniciativa e motivação. Compromisso e responsabilização.</p>
<p>Práticas profissionais</p>	<p>Aproximação da equipa à realidade e às famílias. Rentabilização de recursos e intervenções. Trabalho articulado e em rede. Formas de olhar e intervir: reflexão e alterações. Sustentabilidade da intervenção.</p>

S. PLANIFICAÇÃO DA AÇÃO 1: “O CANTINHO DAS ANÓNIMAS”

1ª Sessão – 30 de março de 2017 – com participação da psicóloga da equipa

Objetivos da sessão: Desenvolver o auto e heteroconhecimento. Identificar e reforçar qualidades do próprio e dos outros. Promover a autorreflexão. Estimular a identificação grupal.

Estratégias: Partilha, debate e reflexão

1 – Conhecimento a partir de objetos

Material: Objetos diversos (ex: postais, CD's; velas, livro, perfume, acessórios, maquilhagem, relógio, caneta, ou telemóvel...)

Instruções: Pedir às mulheres que tragam para a sessão um objeto com o qual se identifiquem e no qual se reconheçam, a partir do qual considerem que se podem caracterizar. Como plano alternativo, na eventualidade de alguma se esquecer, levar uma caixa com diversos objetos para a sessão com o mesmo fim (que escolham um objeto com o qual se identifiquem e no qual se reconheçam). Em seguida, pedir a cada mulher para partilhar em grande grupo quais as características em que se reconhece nesse objeto, refletindo acerca das mesmas.

2 - Flor em papel

Material: Pétalas de flores em papel; tesoura; cola; cartolinas; canetas e lápis coloridos

Instruções: Levar pétalas de flores em papel. As mulheres devem colocar nas pétalas características positivas (qualidades) que as definam, sendo que estas devem ser identificadas entre todas. Após o terem feito, devem reunir as suas pétalas e construir uma flor em papel, a qual levará consigo.

2ª Sessão – 6 de abril de 2017 – com participação da psicóloga da equipa

Objetivos da sessão: Desenvolver o auto e heteroconhecimento. Reflexões acerca de como as pessoas se veem e como reagem de forma diferente perante a mesma situação. Diferenciar diferentes formas de comunicar: os efeitos em si próprio e nos outros. Refletir acerca da influência do comportamento verbal e não-verbal na relação com os outros: comportamento gera comportamento. Reconhecer a importância da comunicação assertiva (exemplos práticos) na gestão de conflitos.

Estratégias: Partilha, debate e reflexão

1 – Quem é quem?

Material: Nenhum

Instruções: Em grupo, as participantes devem apresentar como pensam que são e como pensam que os outros as vêem. Este desafio deve gerar o debate em grupo, procurando sempre reforçar as suas qualidades.

2 – Relação com os outros: estilos de comunicação

Material: Quadro síntese dos estilos de comunicação (anexo)

Instruções: Deve ser refletido como a forma como os outros nos vêem, como nos relacionamos e comunicamos tem influência nas situações, provocando diferentes reações. Em debate, devem ser abordados os estilos de comunicação, com recurso a exemplos trazidos pelo grupo, Em seguida, deve ser partilhado como as outras reagiriam em situações apresentadas e deverão ser discutidas outras possíveis formas de reagir perante as mesmas. Na reflexão em grupo, deve ser reforçada a importância da comunicação assertiva na gestão de conflitos.

3ª Sessão – 13 de abril de 2017 – com participação da psicóloga da equipa

Objetivos da sessão: Desenvolver o auto e heteroconhecimento. Identificar qualidades do próprio e do grupo. Promover a valorização pessoal. Identificar e analisar os discursos culturais relativos ao papel do homem e da mulher. Reforçar o papel da mulher na família e na sociedade.

Estratégias: Partilha, debate e reflexão; Brainstorming

1 – A árvore da valorização

Material: Fotocópias com árvore a preencher (anexo); canetas e lápis coloridos

Instruções: Devem ser distribuídas pelas mulheres folhas, em que no cimo indica “Eu gosto de mim porque...”. Em cada folha há uma árvore, em que nos seus ramos há espaços para escreverem as suas respostas. A atividade deve ser refletida em grupo, debatendo a importância da crença nas suas capacidades e valorização pessoal.

2 – Os papéis de género

Material: Canetas; fotocópias com rosto feminino e masculino (anexo)

Instruções: Distribuir a cada grupo uma fotocópia com os rostos feminino e masculino. Perguntar às mulheres que características descrevem cada um dos géneros e pedir-lhes para as apontarem dentro de cada um dos rostos. Deverão ser lançadas algumas características e pedir que as cataloguem. No final, deverá ser refletido o papel do homem e da mulher, valorizando o papel da mulher no seio da família e na própria sociedade.

4ª Sessão – 20 de abril de 2017 – com participação da psicóloga da equipa

Objetivos da sessão: Fomentar o reconhecimento de qualidades. Estimular a valorização pessoal e grupal. Favorecer a confiança e a coesão grupal. Fortalecer os laços existentes.

Estratégias: Partilha, debate e reflexão; Exercícios de dinâmicas de grupo

1 – Jogo dos bilhetes

Material: folhas, alfinetes e canetas

Instruções: É colocada nas costas de cada mulher uma folha e estas devem deambular pela sala. Devem escrever nas folhas umas das outras qualidades, elogios, características que se salientam de cada uma. No final, cada uma lê o que foi escrito sobre si, discutindo e refletindo em grupo.

2 - Dança do balão

Material: balões cheios, música

Instruções: Ao som da música, as mulheres devem se organizar para dançar, sem deixar cair os balões. No final da atividade, deve ser refletido a importância do trabalho em grupo. O diálogo deve favorecer o reconhecimento das qualidades que este grupo apresenta.

5ª Sessão – 2 de maio de 2017 – com participação da equipa do Programa Escolhas

Objetivos orientadores da sessão: Proporcionar um cuidado pessoal. Incentivar aos cuidados de imagem pessoal. Promover a valorização pessoal.

Estratégias: Atividade prática

1 – Sessão de manicure

T. PLANIFICAÇÃO DAS SESSÕES DE INFORMÁTICA, ASSOCIADAS À CULINÁRIA

Objetivos das sessões: Promover o desenvolvimento de competências na utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação para possibilitar uma literacia digital num quadro de igualdade de oportunidades. Potenciar a autonomia, a criatividade, a responsabilidade, bem como a capacidade de trabalhar em equipa, numa perspetiva de abertura à mudança.

Planificação das sessões:

09/05/2017 - Introdução ao computador: Reconhecimento da importância dos computadores nos dias de hoje; Aprendizagem das funções básicas do computador; Programa *Word*: Edição de texto e formatação.

16/05/2017 - Utilização das potencialidades do Programa *Word* para a edição de texto, com material previamente solicitado, “receitas das anónimas”, no sentido de desenvolver habilidades no manuseamento do computador; Edição de receitas.

23/05/2017 - Promoção do interesse pelas pesquisas na Internet, pela investigação, descoberta e pela inovação no sentido de encontrar a informação pretendida para a realização de tarefas; Pesquisas sobre receitas culinárias.

30/05/2017 - Desenvolvimento da capacidade de produzir e comunicar: Conta de correio eletrónico; Editar um *e-mail*; Gerir caixa de correio; Enviar *e-mail*.

06/06/2017 - Mobilização de conhecimentos: Realização da prova DCB para obter o certificado “Diploma de Competências Básicas”;

20/06/2017 - Promoção de uma aprendizagem das TIC ao longo da vida, na realização e desenvolvimento de uma página do *facebook* encorajando a disponibilidade, reflexão e partilha de ideias em trabalho de grupo.

U. REGISTOS DO DESENVOLVIMENTO DAS AÇÕES DO PROJETO

Registo 1	
Local	Instituição – Equipa RSI
Data e hora	30/03/2017; 14h30-17h
Presenças	Todas as mulheres que constituem o grupo, com exceção da D. Mariana, que foi chamada a trabalhar (substituição)
Objetivos	Desenvolver o auto e heteroconhecimento. Identificar e reforçar qualidades do próprio e dos outros. Promover a autorreflexão. Estimular a identificação grupal.
Estratégias	Encontro grupal; Exercícios de dinâmica de grupo; Partilha, debate e reflexão; <i>Brainstorming</i>
Descrição	<p>No início da sessão, partilhei com o grupo o contacto estabelecido com a equipa do Programa Escolhas, com posterior conhecimento e autorização por parte da coordenadora Instituição. Ficou assim confirmado este recurso para o projeto, com possibilidade de frequentar um curso de informática (competências básicas) e de utilizar uma cozinha, disponível no mesmo espaço. Informei ainda que um dos elementos da equipa do Programa Escolhas, a monitora de informática, já trabalhou como <i>manicure</i> num cabeleireiro e que tomei conhecimento que já desenvolveu sessões de <i>manicure</i> no âmbito das ações do Programa. O grupo logo respondeu “Olha aí pode estar a hipótese de termos um miminho e até já ficamos a conhecê-la”. Referiu que a colega se mostrou disponível, pelo que esta é uma possibilidade.</p> <p>Para esta sessão, tinha proposto às mulheres trazerem algo pessoal, um objeto através do qual fosse possível caracterizarem-se por se identificarem com o mesmo. Como as presentes o fizeram, a sessão iniciou-se prontamente com a exposição e posterior</p>

	<p>explicação/caracterização. Logo se percebeu que os retratos/fotografias estariam representadas por três pessoas, tendo as restantes se distinguido com outros objetos.</p> <p>A D. Carmen trouxe uma fotografia em que se encontrava com os filhos, irmão e mãe, sendo esta a família com quem vive atualmente. Justificou que a família é tudo para si e que “Sou o que sou e quem sou por eles”. Assim, considerou ser uma pessoa meiga e amiga, que sempre se preocupa com os outros, sobretudo com os que lhe são mais próximos.</p> <p>A D. Rosa trouxe um retrato de família, com os seus pais e os seus irmãos, marido, cunhadas e cunhados. Referiu que esta é a imagem de uma família unida, que sempre gostou de ter, mas que já não é tão próxima porque naturalmente se foram afastando. Afirma ter boas recordações, já que naquela altura tinha a sua vida mais estabilizada, era mais bem-disposta e mais positiva: “Tenho saudades de ser como era”.</p> <p>A D. Isabel fez-se acompanhar com uma fotografia dos filhos, pois “São a minha razão de viver”. Esclareceu que tudo o que faz na vida é em função dos filhos, sendo que tenta também a sua forma de ser e estar seja a melhor para os filhos. Afirma ser superprotetora, o que considera que às vezes sente necessidade de controlar, nomeadamente com o apoio do marido e dos pais. Declarou ainda que o seu principal objetivo é que nada falta aos seus filhos, preferindo que falte a si própria. Considera ser carinhosa.</p> <p>A D. Madalena trouxe um relógio antigo, que diz guardar com muito carinho e cuidado, já que “Foi me oferecido pelo meu marido, quando as coisas ainda eram cor-de-rosa”. Contou que o marido lhe deu este relógio num aniversário, recordando que nessa altura era feliz. Ambos trabalhavam e felizmente viviam sem preocupações. “Não contava os trocos nem fazia contas à comida”. Declara ter saudades e ter muito boas recordações sempre que olha para o relógio. Trouxe-o por isso,</p>
--	--

	<p>“Por simbolizar a minha felicidade”. Considerando o seu percurso de vida, considera-se uma lutadora.</p> <p>A D. Conceição trouxe um pequeno <i>kit</i> de costura, mencionando que “Espelha os melhores anos da minha vida”. Recordou os seus tempos de trabalhadora em fábricas de confeções, contando que posteriormente também trabalhou em casa por encomendas de fábricas, mas que “Até as máquinas me levaram”. Afirmar que, nessa altura, vivia satisfeita e adorava o que fazia. “Tinha gosto em tudo”. Acrescenta que sempre foi trabalhadora e muito divertida, fazendo todos rir e estar bem-dispostos.</p> <p>A D. Fernanda trouxe um CD de música brasileira, referindo que “Adoro estar sossegadinha, a ouvir uma música brasileira, de preferência romântica”. Explicou que, devido aos problemas de saúde e à necessidade de repousar, esta é uma das formas que encontra de descansar e estar mais tranquila. A necessidade de se ajustar à vida e ao seu estado de saúde, tornou-a uma pessoa mais calma e pacata, enquanto antes “Levava tudo à frente com a minha energia”.</p> <p>A D. Celeste fez-se acompanhar com o seu elástico do cabelo, declarando que “Anda sempre comigo e mostra a minha simplicidade”. Completou que se considera uma pessoa muito simples, que para sair de casa basta prender o cabelo com “um rabo-de-cavalo”. Além disso, mencionou “Gosto do cabelo sempre arrumado e prático, como eu também sou”. Afirmar gostar de ajudar e manter-se perto da sua família mais próxima, no entanto declarou que “Também sou uma pessoa mais amarga, por força da vida. Não gosto que me pisem. Quando me lixam não dou hipótese”.</p> <p>No final, refletiu-se conjuntamente acerca das declarações de todas.</p> <p>De seguida, propôs-se outro exercício de dinâmica de grupo: a construção de uma flor em papel. Neste exercício, foram distribuídas pétalas de flor em papel em cima da mesa, sendo que nestas as mulheres escreviam características positivas (qualidades) de si</p>
--	--

	<p>próprias. Sugeriu-se que o grupo apoiasse na identificação destas características, participando todas na construção da flor de cada uma. Quando cada uma tinha as pétalas preenchidas que considerava suficientes, unia-as, construindo uma flor em papel, o que cada mulher levou consigo.</p> <p>Com a ajuda de todas, foram encontradas as seguintes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> - D. Madalena: lutadora, amiga, boa cozinheira, querida, desenrascada - D. Carmen: amiga do seu amigo, meiga, bem-disposta, dedicada, generosa - D. Rosa: sensível, organizada, bonita, boa dona de casa, honesta - D. Isabel: carinhosa, preocupada, sentimental, amiga, sincera - D. Conceição: divertida, espontânea, direta, descontraída, forte - D. Fernanda: romântica, calma, respeitadora, bonita, sincera - D. Celeste: verdadeira, simples, corajosa, organizada, resistente
Reflexão	<p>O primeiro exercício permitiu que todas falassem sobre si, sendo que as restantes comentavam e questionavam, promovendo-se a (auto)reflexão e um maior conhecimento de si próprio e dos outros. As partilhas de sentimentos, opiniões, experiências e dificuldades, nas quais as mulheres participaram e se envolveram, permitiram que acontecessem identificações e reconhecimentos, favorecendo a aproximação e coesão grupal.</p> <p>Verificou-se que, neste primeiro exercício, as mulheres relataram as suas características essencialmente no passado, traduzindo-as como recordações positivas, como se não considerassem que agora não o são. Esta última reflexão associa-se também o facto de no segundo exercício apresentarem mais dificuldade em falar das suas próprias qualidades do que atribuir qualidades às outras. Efetivamente, estas mulheres reconhecem qualidades suas, mas associam a uma fase passada em que apresentavam autoestima e se sentiam bem com a vida e consigo próprias. Tendo em conta que se sentem mais desmotivadas e desvalorizadas, sentem maior dificuldade em</p>

	<p>perceber o que têm de positivo, o que sempre tiveram e o que desenvolveram ao longo da vida. Por relação às outras, conseguem ver aquilo que, muitas vezes, se aplica a si também, como ser corajosa e lutadora na vida, resistindo às adversidades, mantendo os seus valores e a sua dignidade.</p>
--	---

Registo 2	
Local	Instituição – Equipa RSI
Data e hora	06/04/2017; 14h30-17h
Presenças	Todas as mulheres que constituem o grupo
Objetivos	Desenvolver o auto e heteroconhecimento. Reflexões acerca de como as pessoas se veem e como reagem de forma diferente perante a mesma situação. Diferenciar diferentes formas de comunicar: os efeitos em si próprio e nos outros. Refletir acerca da influência do comportamento verbal e não-verbal na relação com os outros: comportamento gera comportamento. Reconhecer a importância da comunicação assertiva (exemplos práticos) na gestão de conflitos.
Estratégias	Encontro grupal; Exercícios de dinâmica de grupo; Partilha, debate e reflexão; <i>Brainstorming</i>
Descrição	<p>Quando as mulheres entraram para a sala, a D. Conceição referiu “Hoje venho aqui atravessada. O meu filho hoje fez questão de me lembrar de uma coisa que nos fez discutir quando lá fui”.</p> <p>As restantes quiseram perceber o que se tinha passado, questionando. A D. Conceição partilhou então que, na última vez em que foi visitar os filhos, em casa do filho aconteceu uma situação que depois despoletou uma discussão. O filho convidou para jantar em sua casa amigos, que a D. Conceição não conhecia e portanto não tinha uma relação próxima. Durante o jantar, a neta (4 anos) começou a comer com as mãos e com uma postura corporal que não considerou adequada para estar à mesa. Não conseguindo evitar falar, criticou o filho em voz alta, na frente de todos os presentes, reclamando que</p>

	<p>não teve aquela educação e como permitia que a filha o fizesse. Referiu que todos se calaram e ficaram espantados com a sua atitude. Contou que, depois de pensar no que fez, se arrependeu porque poderia ter falado com o filho em particular e de forma mais calma. Contudo, afirma que não consegue controlar a sua impulsividade e “Gostava de ser mais calma, mas quando dou conta já falei e às vezes até falo mal”.</p> <p>A propósito desta impulsividade e não conseguir reagir de forma mais calma, a D. Rosa contou que, apesar de aparentar ser muito calma, também tem alguma dificuldade em lidar com situações de <i>stress</i> ou gerir conflitos, contando que num dos trabalhos que exerceu agrediu um dos patrões que a tentou seduzir: “Avisei-o mais do que uma vez e chamei atenção ao outro patrão. Ninguém me ouviu e ao fim de um tempo passei-me. Ele foi despedido depois”. Contou ainda outro episódio em que deu um estalo a um senhor que foi indelicado consigo no autocarro: “Lembro-me que ia levar a marmita ao meu marido. Ia em pé no autocarro e o homem sempre a encostar-se. Fui educada e reclamei, mas continuou. Às tantas, dei-lhe um semelhante estalo...”.</p> <p>As restantes iam comentando e reagindo, manifestando a sua opinião e pensando como teria sido se estivessem naquele lugar. Falaram também de como poderia ter acontecido de outra forma, se os comportamentos fossem diferentes.</p> <p>A D. Fernanda mencionou que conseguiu tornar-se uma pessoa mais calma, o que também foi necessário devido aos seus problemas de saúde. Referiu que tenta sempre lidar com as situações de uma forma pacífica, nem que para isso pense e apenas responda mais tarde. Neste caso, pensando como teria feito, afirma que, no caso da D. Conceição, “Acho que teria esperado para o fim do jantar e falava com o rapaz sozinho”. Nas situações da D. Rosa considerou mais complicado, porque “Também tentou primeiro resolver a bem”, mas</p>
--	--

	<p>no episódio do autocarro “Acho que teria ido para outro sítio, afastava-me. Ia logo perceber que não estava a gostar”. O comportamento não-verbal teria aqui uma maior influência.</p> <p>Já a D. Madalena logo respondeu que não iria mudar de sítio quando não era ela que estava mal, mas “Exigia respeito e falava-lhe num tom que percebe-se bem que não estava a gostar”. Assim, a D. Rosa mencionou que ficou envergonhada e falou baixinho, não sendo muito assertiva, mas a continuidade da situação fez com que partisse para a “agressão”. A D. Mariana acrescentou que “Talvez ao falar mais duro com o homem, ele percebesse e parasse”.</p> <p>A D. Celeste comentou que não sabe como poderia ter reagido, mas pensa que teria mais facilidade no caso da D. Conceição, referindo que de facto o ideal seria falar com o filho sozinho, nem que o chamasse à parte, dizendo que precisava da sua ajuda naquele momento. Nas situações da D. Rosa, também por influência do seu passado, marcado pela violência doméstica e controlo do ex-marido, pensa que teria maior dificuldade em reagir de uma forma mais calma, assumindo que poderia reagir da mesma forma que a D. Rosa. O passado influencia também a forma como reage a situações que possam de alguma forma lembrar más recordações.</p> <p>A D. Carmen referiu que também concorda que se a D. Rosa conseguisse ter falado com o filho sozinho ou no final do jantar, o mesmo até poderia ter agradecido a sua chamada de atenção, em vez de ficar zangado. A D. Conceição concordou, assumindo como fundamental tentar alterar esta sua forma de ser. Acrescentou que “Falar sobre isso e perceber como poderia ser diferente, ajuda-me a perceber como posso mudar”.</p> <p>Na situação passada com o ex-patrão da D. Rosa, a D. Carmen mencionou que tem ideia de que, antigamente, nas fábricas de confeções, isso acontecia com várias pessoas. Considerou que a união entre as colegas e a exposição conjunta da situação, poderia ter um</p>
--	--

	<p>impacto diferente, pois os padrões perceberiam que não poderiam dar continuidade a esses comportamentos, que perturbavam o trabalho e a produção que era feita. Quanto a este aspeto, a D. Mariana concordou com esta posição, mas lembrou que “Para isso era preciso que as colegas se apoiassem mesmo. Isso nem sempre é assim”.</p> <p>A D. Isabel foi concordando com as colegas, concluindo que “Realmente, a nossa reação pode fazer com que as situações aconteçam de forma diferente”. Em cada situação, cada uma teria alguma opinião a dar de como poderia ter reagido e como poderia ter feito, o que a D. Isabel considerou importante refletir. Contudo, lembrou que, naquele espaço, estavam todas tranquilas, falando e fazendo suposições, o que não acontece quando se está perante as situações: “Quando as coisas acontecessem, às vezes não temos tempo para pensar. O <i>stress</i> do momento nem sempre nos deixa reagir da melhor forma”, mesmo quando mais tarde se reconhece como se poderia ter adotado outra atitude.</p> <p>Quando deram conta da hora, as mulheres revelaram quando estão juntas, entre partilhas e discussões entre todas, nem dão conta do tempo passar.</p>
Reflexão	<p>Estas partilhas permitiram identificar diferentes tipos de comunicação, compreendendo que os mesmos têm efeitos em si próprias e nos outros. Efetivamente, as pessoas reagem de forma diferente perante as mesmas situações e isto contribui para a imagem que é criada de si. Foi possível assim refletir acerca da importância da comunicação que se estabelece com os outros, percebendo que a forma como lidamos e nos relacionamos interfere no conteúdo e qualidade das relações. A reflexão acerca das partilhas apresentadas permitiu pensar que o nosso comportamento é, muitas vezes, influenciado por comportamentos de outros e que, da mesma forma, a forma como reagimos gera novos comportamentos/reações. Concluiu-se a relevância de se estabelecer uma comunicação assertiva</p>

	<p>na gestão de conflitos, a partir do pensamento acerca de novas hipóteses em cada situação.</p> <p>As diferentes partilhas possibilitaram o desenvolvimento do auto e hétero conhecimento e perceção, bem como a aproximação grupal. Verificou-se que as mulheres foram autênticas e genuínas, assim como sempre esteve presente a compreensão, o respeito e a aceitação.</p>
--	---

Registo 3	
Local	Instituição – Equipa RSI
Data e hora	13/04/2017; 14h30-16h30
Presenças	D. Madalena; D. Carmen; D. Rosa; D. Celeste; D. Mariana
Objetivos	Desenvolver o auto e heteroconhecimento. Identificar qualidades do próprio e do grupo. Promover a valorização pessoal. Identificar e analisar os discursos culturais relativos ao papel do homem e da mulher. Reforçar o papel da mulher na família e na sociedade.
Estratégias	Encontro grupal; Exercícios de dinâmica de grupo; Partilha, debate e reflexão; <i>Brainstorming</i>
Descrição	<p>No início desta sessão, a D. Carmen informou que teria que ir embora no máximo às 16h30, pois teria uma sessão de fisioterapia, devido ao problema na perna. As restantes afirmaram não ter problema e consideraram que todas poderiam sair pela mesma hora.</p> <p>Questionando como estavam e como tinha decorrido a semana, a D. Celeste contou que estava muito contente porque o filho a tinha visitado no fim-de-semana. Partilhou que gosta de ver como o mesmo evoluiu e está mais estável, pois já passou momentos muito difíceis com ele.</p> <p>A D. Mariana questionou e a D. Celeste contou que o filho tem esquizofrenia. Faz medicação e tem acompanhamento médico, estando mais equilibrado. No entanto, aquando do surgimento dos sintomas e definição do diagnóstico médico, sofreu muito. Partilhou</p>

que vivia sozinha com o filho, já que se divorciou quando este tinha 3 anos e o seu ex-marido nunca foi presente nem apoiou. Refere que o filho era muito desconfiado e “Achava que todos lhe queriam mal e nem dizia coisa com coisa”, dormia com uma faca por baixo da travesseira. Quando tentava falar com ele, “Era agressivo ou nem queria saber do que dizia. Não queria saber de nada”. A D. Celeste tinha receio de o deixar sozinho ou que os seus comportamentos fossem mal interpretados pelos outros. A sua mãe sempre se assumiu como a sua retaguarda, mas nessa altura viviam mais afastadas em termos geográficos.

A D. Madalena comentou “Vês e conseguiste. Hoje está um homem feito e muito melhor. És uma lutadora e resististe a tudo isso sozinha”. A D. Madalena acrescentou que considera que os homens têm mais dificuldades em lidar com as adversidades da vida: “Vendo pelo meu... Se não for eu a pôr os pés ao caminho e tratar de tudo, ele não reage”. A D. Mariana concordou, dizendo que em sua casa assume praticamente todas as responsabilidades e que, ao mínimo problema, o marido “Faz logo um drama em vez de tentar resolver”. A D. Rosa mencionou que o seu marido a apoia muito, mas “Tenho que ser eu a ter cabeça para tudo. Eu é que tenho que dizer tudo e ele depois faz”. Por sua vez, a D. Carmen partilhou que sempre foi pai e mãe, porque o pai dos filhos “Nunca quis saber, nem os conhece”. Partilhou que se tratava de um colega de trabalho, que nunca quis assumir a relação e que “sempre me eludiu”.

A D. Celeste afirmou que, quando pensa desta forma, reconhece que nunca desistiu e sempre lutou contra todos os desafios e dificuldades. Agradeceu pelo reconhecimento das colegas e por a fazerem lembrar das suas capacidades: “Às vezes, acho que já não sou capaz de nada, mas ao falar das coisas, até penso como sou forte e posso continuar a lutar”. Atribuindo importância aos encontros de grupo neste sentido, a D. Mariana mencionou “Até saímos daqui com outro ar! Aqui somos

	<p>nós próprias”.</p> <p>A D. Madalena concluiu que, se antes as mulheres “não tinham voto para nada”, agora sente que “tudo depende de nós”. As restantes que, efetivamente, assumem todas as responsabilidades nas suas vidas, nas suas casas, na educação dos filhos, algumas por não ter companheiros/maridos, outras por “parece o meu filho mais velho” (D. Madalena) ou por “nem se envolve em nada” (D. Mariana) ou “precisa que oriente para tudo” (D. Rosa). A D. Carmen concluiu “Realmente, ainda temos muitas qualidades. As mulheres são umas máquinas”.</p> <p>Posteriormente, foi realizado um exercício de dinâmica de grupo. Foi distribuída por cada mulher uma folha, na qual constava a frase “Eu gosto de mim porque...” e estava impressa uma árvore, em cujas ramificações tinha espaços para escreverem. O exercício foi denominado pelo grupo como “a árvore da valorização”, pois nos espaços deveriam identificar capacidades, qualidades... o que as valorizasse. Cada uma das mulheres, escreveu aquilo que considerava sobre si própria, tendo opinião e sugestão das restantes. Após as reflexões anteriores, as características identificadas reforçavam sobretudo o seu papel de mulher e mãe: “boa mãe, boa esposa, boa trabalhadora, lutadora, não desistir, enfrentar os problemas, ser o cérebro da casa, despachada”. No final, refletiu-se acerca de importância de cada pessoa acreditar e valorizar as suas próprias capacidades e potencialidades.</p>
Reflexão	<p>A partilha da D. Celeste e as reflexões que de seguida aconteceram permitiram abordar alguns dos objetivos para a sessão: identificar e analisar os discursos culturais relativos ao papel do homem e da mulher, bem como reforçar o papel da mulher na família e na sociedade. O grupo deu-se a conhecer e reconheceu as suas capacidades e potencialidades, valorizando-se enquanto mulheres com um papel decisivo nas suas vidas, ao nível pessoal, familiar e</p>

	<p>social. Neste sentido, esta sessão permitiu que as mulheres se sentissem compreendidas entre si, bem como contribuiu para o aumento do sentimento de utilidade e eficácia.</p> <p>No exercício de dinâmica de grupo, foi possível responder ao objetivo de promover a valorização pessoal e grupal. Denotou-se uma menor dificuldade do que na identificação de qualidades na primeira sessão, decorrendo o exercício mais espontaneamente. Contudo, continuou a ser notória a troca de qualidades com facilidade, valorizando-se umas às outras. O grupo mostra que se vai conhecendo cada vez melhor e que a identificação e aproximação é cada vez maior, estando mais coeso. Tal promove ainda o aumento da confiança e segurança no grupo, assim como contribui para o fortalecimento dos laços existentes.</p>
--	---

Registo 4	
Local	Instituição – Equipa RSI
Data e hora	20/04/2017; 14h30-16h30
Presenças	Todas as mulheres que constituem o grupo
Objetivos	Fomentar o reconhecimento de qualidades. Estimular a valorização pessoal e grupal. Favorecer a confiança e a coesão grupal. Fortalecer os laços existentes.
Estratégias	Encontro grupal; Exercícios de dinâmica de grupo; Partilha, debate e reflexão; <i>Brainstorming</i>
Descrição	Ao entrar na sala de encontro, a D. Madalena partilhou com as restantes como se tem sentido bem com as sessões e a importância que tem para si: “Isto faz-me bem. Quando não posso vir, até fico com remorsos”. Esclareceu que, se por algum motivo, não consegue estar presente fica a pensar como aquele momento poderia ter sido importante para si, como poderia ter contribuído para se valorizar mais e sentir mais confiante. Acrescentou ainda que “Tenho guardados todos os trabalhos que temos feito aqui e olho para eles

várias vezes para não me esquecer. Até os meus filhos e o meu marido já comentaram”. A D. Fernanda identificou-se com o que foi dito, referindo “Estes bocadinhos ocupam-nos a cabeça com coisas boas, distraímos-nos em vez de pensar nos problemas”. A D. Rosa completou “Em casa desmotivado. Aqui, apesar de falarmos da nossa vida, pensamos nas coisas positivas”.

A D. Isabel também concordou e mencionou que tem adorado participar. No entanto, na sequência da reunião que teve na semana anterior, informou que não poderá continuar a estar presente, uma vez que iniciará a formação profissional de Técnico Auxiliar de Saúde, tendo um horário diurno, das 9h às 17h. Referiu “*Adoro vir. Tenho pena de deixar, mas ir para o curso também é muito importante.*”. Foi valorizado o início da formação da D. Isabel, incentivando-a a investir em si própria e a aumentar as suas qualificações. Face ao horário de formação da D. Isabel, procurei que fosse possível conciliar para que continuasse a estar presente. Assim, questionei a possibilidade de alterar o horário das sessões para o final da tarde, contudo o grupo declarou não ter disponibilidade e preferir o horário atual. A própria D. Isabel referiu que, depois de sair da formação, a sua prioridade é ir buscar os filhos à escola e ir para casa cuidar deles. Dei ainda a possibilidade de nos juntarmos ao fim-de-semana, mas o grupo, de forma geral, não aceitou.

Continuando a falar sobre a importância do grupo, as mulheres partilharam que se têm encontrado, além das sessões semanais na Instituição. A D. Conceição referiu que às vezes acontece ocasionalmente, ou vezes combinam entre si. A D. Carmen acrescentou que também se cruzam várias vezes, pois começaram a frequentar as mesmas mercearias: “Encontramo-nos por aí, nem que seja nas compras, vamos ao Seixas e à Lindinha”. A D. Fernanda mencionou que ir ao café conversar ou estar um pouco a conversar quando vai à mercearia passou a fazer parte da sua rotina, com o que

concordou a D. Celeste. A D. Conceição acrescentou que “Até passo menos tempo no sofá. Tenho mais vontade de sair e estar com as pessoas”. A D. Rosa referiu ter encontrado um apoio no grupo, já que nesta freguesia não tem familiares nem tinha pessoas amigas; assim, “Tem sido mais fácil lidar com os problemas que vão surgindo no dia-a-dia”. A D. Isabel concordou, dizendo que “As minhas amigas deixaram de ser apenas as virtuais”, explicando que antes apenas falava com pessoas que não conhecia, em *chats* na internet. A D. Mariana contou também que a sua filha está muito contente com as roupas que lhe têm sido dadas pela filha da D. Conceição por já não lhe servirem.

Tendo uma relação mais próxima, contaram que, quando se cruzam, conversam e apresentam os familiares umas das outras. As mulheres comentaram também que, pelo facto de saírem mais de casa, têm tido um maior cuidado com a sua imagem pessoal. A D. Celeste apontou o facto de a D. Mariana utilizar sempre saia e frequentemente roupas escuras, tendo a D. Rosa questionado se existe algum motivo para o mesmo. A D. Mariana partilhou pela primeira vez com o grupo que o seu marido é de etnia cigana e, por isso, adotou também alguns dos costumes. Afirmou que, inicialmente, cedia a muitas tradições. A D. Madalena interrompeu para dizer “És ainda tão nova e bonita. Tens um futuro pela frente. Tens que olhar pela tua vida, vê lá”. A D. Mariana continuou, dizendo que agora tem a capacidade de se impor e fazer valer as suas opiniões. No entanto, “Algumas coisas eu também gosto e já estou tão habituada que não me vejo diferente. Gosto de me vestir assim”.

As restantes aceitaram a partilha, não emitindo qualquer crítica ao juízo de valor, o que a D. Mariana reconheceu e valorizou. A D. Carmen relatou até que considera a etnia cigana simpática e pessoas bonitas, tal como considera que sejam os filhos da D. Mariana. A D. Madalena acrescentou “Também és moreninha e muito bonita. Agora

	<p>que falas, eu já tinha pensado se serias de família cigana. Não tenho nada contra”.</p> <p>A sessão evoluiu naturalmente, com as mulheres a concluírem que tinha sido uma sessão enriquecedora, em que expuseram o que pensam do grupo e mostraram a importância de se ter constituído e dado continuidade. Todas concordaram que tem tido impacto positivo na sua forma de estar e pensar, dando-lhe mais capacidade de pensar de modo positivo. Realçam a importância de se sentirem pertencentes a um grupo de pessoas, que se têm tornado amigas, que se compreendem e apoiam.</p> <p>No final da sessão, uma vez que se vinha a falar da importância destes momentos, já experienciados, questionei como poderíamos denominar esta primeira ação do projeto. A D. Celeste comentou que “As “Mulheres Anónimas” são como um grupo de ajuda. Desabafamos e até vamos mais leves”. Assim, referiu que, para si, faria todo o sentido se fosse “O cantinho das Anónimas”, já que “O que criamos aqui é o nosso cantinho”. A D. Madalena acrescentou que também lhe faz sentido, pois ali são partilhados segredos, que são guardados, “no seu cantinho”. As restantes consideraram ser boa ideia, elogiando a sugestão.</p>
Reflexão	<p>Nesta sessão, não foram utilizadas as estratégias pensadas nem realizados os exercícios de dinâmica de grupo planeados, prevalecendo as partilhas do grupo. De igual forma, considero que os objetivos previstos foram alcançados, uma vez que existiu a partilha e discussão em grupo, a identificação de qualidades pessoais e grupais, assim como a valorização do grupo e dos laços criados na vida das participantes.</p> <p>Ficou clara a evolução do grupo desde a sua constituição, em fevereiro de 2016. No início, era encarada como um espaço de partilhas, em que se identificavam e compreendiam. Com o tempo, o grupo tem-se tornado mais coeso, existindo maior à vontade,</p>

	<p>confiança e segurança. Os laços criados ultrapassaram os tempos na instituição, verificando-se no próprio quotidiano destas mulheres. As relações estão mais consolidadas e revelam maior autonomia para o que consideravam importante para si (agora decidem juntarem-se autonomamente, mantendo elas próprias o espaço de partilha e amizade). A partilha da D. Mariana confirmou que sente segurança e confiança no grupo, sem receios de ser julgada ou criticada. No que respeita às partilhas de sentimentos, experiências ou dificuldades, mantém-se a autenticidade e genuinidade, a par da compreensão, respeito e aceitação.</p>
--	---

Registo 5	
Local	Espaço do Programa Escolhas
Data e hora	02/05/2017; 14h30-17h30
Presenças	Todas as mulheres que constituem o grupo, com exceção da D. Isabel que iniciou formação e deixará de estar presente. A D. Carmen veio acompanhada pela sua filha.
Objetivos	<p>Proporcionar um cuidado pessoal. Incentivar aos cuidados de imagem pessoal. Promover a valorização pessoal.</p> <p>Conhecimento da equipa e do espaço Programa Escolhas</p>
Estratégias	Encontro grupal; <i>Manicure; Brainstorming; Conversa intencional</i>
Descrição	<p>Uma vez que esta sessão se realizou no espaço do Programa Escolhas, que ainda não era conhecido pelas mulheres, marcamos um ponto de encontro que todas conheciam e deslocamo-nos juntas a pé. Compareceram todas as mulheres, com exceção da D. Isabel porque iniciou a formação profissional. A D. Carmen veio acompanhada pela sua filha, que revelava gosto por conhecer o grupo.</p> <p>Durante a caminhada, de cerca de 10 minutos, manteve-se uma conversa informal. A D. Conceição partilhou comigo que gostou de eu ter sugerido ir a pé com elas, chegando todas juntas ao novo espaço. Referiu que, apesar de eu ser uma das técnicas da equipa de RSI,</p>

“Aqui é mais uma de nós, pertence ao grupo. Sinto-me à vontade consigo, querida”. As restantes concordaram com esta partilha, reforçando que não sentem qualquer obrigação ou menos à vontade pela minha presença. A D. Madalena mencionou “Eu já tinha uma relação mais próxima porque é a minha doutora do rendimento, mas você sabe o que penso de si e é um gosto tê-la com a gente no grupo”. A D. Celeste acrescentou “Tenho a certeza que também é bom para si. Também aprende muito e leva daqui lições para a vida”. Chegando ao espaço, as mulheres tiveram oportunidade de conhecer a equipa, o espaço e o próprio Programa Escolhas.

Na *manicure*, em grupo, todas começaram por fazer esfoliação das mãos, sendo explicadas as vantagens de o fazer. De seguida, individualmente, a colega da equipa do Programa Escolhas (monitora de informática), fez a *manicure* a cada uma das mulheres, que iam dizendo sentir-se mais cuidadas e mimadas. Mostraram-se vaidosas, revelando “Um pequeno mimo, faz-nos logo sentir mais bonitas” (D. Mariana). No final, cada mulher recebeu um pequeno saco com produtos de beleza (cremes, champôs, produtos de maquilhagem), como forma de estimular e valorizar os cuidados pessoais, conforme afirmam necessitar.

Enquanto decorria a *manicure*, as mulheres mantiveram a conversa entre si. Nesta, a D. Rosa contou que a sua senhoria a informou que a casa, que já estava à venda, tem um comprador interessado, pelo que terá que sair dentro de um a dois meses. Esclareceu que o arrendamento não se encontra legal, sendo que o acordo que tinha era estar na casa, enquanto não fosse vendida. Neste caso, terá que arrendar nova casa mas, pelo que tem visto, as rendas são demasiados elevadas face ao seu rendimento mensal, podendo pagar no máximo 200€ por mês. As restantes comprometeram-se a estar atentas e ajudar a D. Rosa na procura de casa, tendo em consideração o valor limite que consegue assegurar.

	<p>Posteriormente, já tendo tido este pequeno contacto com a monitora de informática, quem apoiaria nas próximas sessões, abordaram-se as expectativas do grupo para a Ação 2 e planearam-se as sessões. Desde logo, as mulheres revelaram maior interesse pela informática e pela culinária, pelo que, em conjunto, procurou-se juntar ambas as áreas para o desenvolvimento de novos conhecimentos e reforço de potencialidades, planificando e calendarizando. A monitora de informática informou da possibilidade de realização de uma prova, a partir da qual terão acesso a um diploma de competências básicas em informática. O grupo ficou entusiasmado com a obtenção do diploma, mas também mostrou algum receio, traduzido nas palavras da D. Celeste “Está a sugerir um teste? Ai isso é que não sei”. A monitora esclareceu que seria muito simples, com o que aprenderem até lá, referindo que acreditava que conseguiam concretizá-lo. Foi aceite o desafio.</p> <p>Face à ideia de fazer um livro de receitas, concordou-se que seria difícil concretizar, pelo que a monitora de informática sugeriu aliar a ideia à informática e criar uma página <i>online</i>. A D. Mariana mencionou “Podia ser um <i>blog</i>, é uma coisa chique”. No entanto, a monitora explicou que é mais difícil trabalhar com um <i>blog</i> e que, para ser feito e gerido pelo grupo, sugeria que fosse feita uma página do <i>facebook</i>. A D. Conceição concordou, dizendo que a filha depois poderia ajudar, o que também foi opinião da D. Madalena. A D. Fernanda lembrou que, para deixar as ideias também em papel, poderiam colocar as suas receitas num <i>dossier</i>, decidindo-se imprimir as receitas que editarem nas aulas de informática, ao aprender a trabalhar no programa <i>word</i>. A filha da D. Carmen disponibilizou-se em estar presente e ajudar naquilo que for necessário, com o que o grupo concordou: “Olha é sempre mais uma ajudante. Para os computadores é bem preciso” (D. Rosa).</p> <p>A D. Mariana lembrou a vontade de partir para a prática: “Fica a faltar</p>
--	---

juntarmo-nos na cozinha para experimentar”, ficando a ideia de posteriormente serem realizadas sessões práticas de culinária. A D. Carmen sugeriu também fazer uma festa de verão “(...) *para acabar em grande!*”. Estas ideias serão exploradas, ficando agora definidas as próximas sessões.

Tendo em conta o que previam para esta segunda ação do projeto, questionei que nome poderia ser atribuído. A D. Madalena respondeu “Agora vamos passar para a parte mais prática”, sugerindo algo relacionado com isso. A D. Rosa sugeriu que se mantivesse o nome do grupo associado. A D. Fernanda sugeriu então “As Anónimas em ação”, com o que as restantes concordaram.

De seguida, o grupo foi informado da existência neste espaço de um *dossier* de ofertas de emprego e formação, que é semanalmente atualizado com o apoio do IEFP, sendo que poderão sempre consultar o mesmo e solicitar esclarecimentos quanto às ofertas de interesse. A filha da D. Carmen, que se encontrava desempregada e sem ocupação, consultou ofertas de formação profissional, em conjunto com uma colega do Escolhas. Disse que tem gosto pela área de cozinha e pastelaria e a colega lembrou-se da oferta de uma escola profissional do concelho, que necessita de alunos para completar uma turma precisamente nesta área. A jovem ficou agradada, questionando se ainda poderia inscrever-se. Foi de imediato contactada esta escola, agendando-se entrevista para a jovem para o dia seguinte. Até ao início das aulas, a filha da D. Carmen disponibilidade para estar presente nas sessões do grupo, apoiando, por exemplo, nas aulas de informática, o que o grupo achou boa ideia. Tendo em conta que o espaço da cozinha é também utilizado por uma associação local que partilha espaços com o Programa Escolhas, no final desta sessão fomos, em grupo, falar com o responsável da mesma, tendo sido a D. Carmen a porta-voz do grupo. O responsável da associação mostrou-se recetivo, não colocando qualquer problema

	<p>quanto à utilização da cozinha. Informou apenas que nas alturas de finais do mês, ou às vezes a prolongar aos primeiros dias do mês, poderá ser mais complicado, tendo em conta que recebem produtos do banco alimentar e, normalmente, recorrem à cozinha para armazenar os frescos e outros produtos alimentares, estando mais ocupada. Combinou-se, então, que daríamos prioridade aos meados do mês para as atividades práticas de culinária, ainda a designar.</p>
Reflexão	<p>No momento inicial deste encontro, foi importante para mim ter consciência de que a minha presença enquanto técnica de RSI não é vista como um constrangimento para o grupo, que me considera parte dele, integrando-me.</p> <p>Confirmei também que o grupo está disponível e garante um efetivo apoio entre todas, havendo interesse de todas em apoiar a D. Rosa na procura de casa, encarando o problema como possível de resolução com o envolvimento de todas.</p> <p>Considero que o momento de <i>manicure</i> respondeu à necessidade de cuidarem da imagem pessoal sentindo-se mais vaidosas e bonitas. Para isto, tem contribuído também os frequentes encontros, para os quais afirmam vestir uma roupa mais cuidada do que simplesmente para estar em casa.</p> <p>O grupo mostrou-se entusiasmado com o conhecimento do novo recurso (Programa Escolhas e seu espaço), já que este permitia o desenvolvimento dos interesses mais revelados. As mulheres envolveram-se e participaram ativamente na partilha de ideias, sendo planeadas as próximas sessões, através de uma conversa informal e troca de sugestões. Foi importante a confirmação da utilização da cozinha e da altura ideal para o fazer, sendo que considero também importante ter envolvido o grupo neste contacto com a associação local, permitindo-lhe que se dê a conhecer e que assuma conjuntamente a responsabilidade pelo desenvolvimento do projeto.</p> <p>Nesta sessão, é ainda de apontar a inscrição da filha da D. Carmen em</p>

	formação, com possibilidade de integração e frequência de uma área formativa do seu interesse.
--	--

Registo 6	
Local	Espaço do Programa Escolhas
Data e hora	09/05/2017; 14h30-17h
Presenças	Todas as mulheres que agora constituem o grupo; Filha da D. Carmen.
Objetivos	Promover o bem-estar e a valorização pessoal; Desenvolvimento de competências na utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação; potenciar a autonomia, a criatividade, a responsabilidade, bem como a capacidade de trabalhar em equipa, numa perspetiva de abertura à mudança. Introdução ao computador e programa <i>word</i>
Estratégias	Rentabilização de recursos; Desenvolvimento de atividades de interesse; Trabalho em grupo; Ações de educação não formal
Descrição	<p>Chegado ao espaço, o grupo sentou-se numa mesa em círculo, conversando. A D. Rosa mostrou-se preocupada com o seu estado de saúde, pois tem que fazer vários exames e receia ter que ser operada, devido ao problema nos intestino (artéria entupida) e no pâncreas (quistos). O grupo apoiou, procurando tranquilizá-la. A D. Madalena contou que, depois de ter partilhado a última sessão, e para seu grande espanto, “O meu marido pintou-se as unhas dos pés. Ah pois... Quem o viu e vem o vê!”. A D. Rosa mencionou que o seu marido também valorizou o cuidado das unhas e a sua vaidade, referindo “Parece que estás a voltar ao que eras mulher!”. A D. Carmen mencionou que foram embora todas vaidosas e que todos repararam em casa.</p> <p>A filha da D. Carmen partilhou que integrou a formação profissional na área da cozinha e pastelaria, estando o início das aulas previsto para junho. Até lá, afirma ter interesse em continuar a participar nas sessões com o grupo, declarando que também está a ser</p>

	<p>enriquecedor para si. As mulheres concordaram, não colocando problema na sua participação.</p> <p>De seguida, o grupo consultou o <i>dossier</i> das ofertas de emprego e formação, sendo que a D. Madalena e a D. Carmen retiraram uma para se informar melhor, junto da técnica do Programa Escolhas.</p> <p>Partindo para a informática, o grupo mostrou-se mais ansioso, sendo que algumas não sabiam sequer ligar um computador e experimentavam algo novo. A filha da D. Carmen colaborou comigo, apoiando a monitora de informática. As aprendizagens foram transmitidas de uma forma muito simples e descontraída, entre conversas e brincadeiras.</p> <p>No decurso da sessão, as mulheres adquiriram conhecimentos, como ligar e desligar corretamente o computador; iniciar e encerrar sessão; conhecer o ambiente de trabalho; conhecer e utilizar os periféricos do computador (rato e teclado); conhecer as aplicações informáticas do menu iniciar; conhecer alguns programas e funcionalidades do computador; e introdução ao <i>Word</i>.</p> <p>No final da sessão, as mulheres encontravam-se divertidas, surgindo expressões como “Pensei que ia demorar 4h a escrever o meu nome, mas até foi rápido.” (D. Conceição) e “Isto é muito giro. Agora até o computador vai deixar de ser um bicho-de-sete-cabeças.” (D. Celeste). A D. Mariana mencionou que já tinha alguns conhecimentos, mas que por não utilizar foi esquecendo, considerando muito importante recordar. A D. Fernanda concordou, dizendo que “Quando fiz o curso, tive que aprender, mas sentia-me pressionada. Já não me lembrava de quase nada. Aqui foi divertido aprender”.</p> <p>No final, solicitou-se ao grupo que, para a próxima sessão, trouxesse as receitas culinárias que gostariam de partilhar.</p>
Reflexão	<p>O grupo manteve o seu espaço de encontro, dando-se continuidade aos objetivos da Ação 1. Mesmo no decurso da sessão de informática, o grupo foi conversando, brincando e apoiando-se, o que se revelou</p>

	<p>fundamental para que as aprendizagens foram alcançadas sem sentirem pressão ou receio. Os diferentes níveis de conhecimentos em que se as mulheres se encontravam permitiram o apoio no processo de aprendizagem, sendo que o trabalho em grupo continuou a revelar-se essencial.</p> <p>O espírito divertido que prevalecia promoveu o bem-estar das mulheres, que revelam sentir-se mais valorizadas, mais confiantes e mais seguras, assim como reconhecem a importância de estarem ocupadas, em atividades enriquecedoras e do seu interesse. A presença da filha da D. Carmen assume-se como mais um recurso no desenvolvimento das sessões.</p>
--	--

Registo 7	
Local	Espaço do Programa Escolhas
Data e hora	16/05/2017; 14h30-16h45
Presenças	Todas as mulheres que agora constituem o grupo, com exceção da D. Madalena (falecimento da sogra); Filha da D. Carmen
Objetivos	<p>Promover o bem-estar e a valorização pessoal; Desenvolvimento de competências na utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação; potenciar a autonomia, a criatividade, a responsabilidade, bem como a capacidade de trabalhar em equipa, numa perspetiva de abertura à mudança.</p> <p>Programa <i>word</i> – continuação – edição de receitas culinárias</p>
Estratégias	Rentabilização de recursos; Desenvolvimento de atividades de interesse; Trabalho em grupo; Ações de educação não formal
Descrição	No início da sessão, informei o grupo que a D. Madalena tinha contactado esta manhã para comunicar que a sogra faleceu e, por esse motivo, não estará presente hoje. As restantes logo disseram que fazia falta, pois certamente traria as suas receitas estratégicas e originais, mas compreenderam o motivo. A D. Mariana informou que ainda hoje esteve com a D. Madalena que lhe entregou algumas das

suas receitas para trazer para a sessão. A D. Carmen trouxe um contacto de uma senhoria de uma casa que tem para alugar perto de si, que entregou à D. Rosa. Segundo a descrição da D. Carmen, a casa seria adequada para a D. Rosa e o valor da renda (220€) poderia ser negociável. A D. Rosa emocionou-se, agradecendo.

O grupo começou por mostrar e falar sobre as receitas culinárias que selecionaram. A D. Conceição trazia uma receita escrita pela filha, dizendo que lhe ditou e a mesma escreveu. Fizeram uma seleção e dirigiram-se para os computadores, aprendendo hoje a escrever no programa *word*, através da transcrição e edição das receitas. De seguida, aprenderam como guardar o documento numa pasta no computador e como identificar essas mesmas pastas. Mostrando-se mais satisfeita, a D. Fernanda mencionou “Isto custa a aprender, mas com o tempo vai lá. Quando precisar, venho para aqui.” (D. Fernanda). A D. Carmen, referindo-se à filha, declarou “Com a minha ajudante, vou querer continuar a aprender em casa.”. A D. Celeste mostrava-se sempre mais receosa, mas revelava uma boa capacidade de aprendizagem, conseguindo rapidamente fazer sozinha o que lhe era transmitido, sendo isto mesmo valorizado. A D. Mariana mostrou-se sempre divertida, estando entusiasmada com a partilha de receitas e pequenos segredos culinários. A D. Rosa mencionou que “A cozinha é muitas vezes um refúgio para mim, por isso estar a aprender no computador com as receitas é bom”. A D. Conceição partilhou que prometeu aos filhos que, quando soubesse escrever no computador: “Envio-lhes uma carta a computador, para verem o que sei fazer”. Acrescentou que ao escrever no computador, verifica as palavras com erro, que sempre escreveu mal e agora percebe como efetivamente se escreve porque o computador corrige.

À semelhança das últimas duas sessões, quando a sessão estava quase para terminar, começaram a chegar os jovens que habitualmente frequentam o espaço do Programa Escolhas.

	<p>Percebendo o que as mulheres se encontravam a fazer, os jovens comentaram que uma das atividades que mais gostam de fazer no Programa é ir para a cozinha, já que gostam de aprender e desenvolver receitas culinárias. A D. Conceição respondeu <i>“Olha ainda fazemos aqui uma dupla engraçada. Íamos todos para a cozinha!”</i>. Perante esta ideia, o grupo de mulheres fez a sugestão de ensinar os jovens a confeccionar algumas receitas doces e práticas, que pudessem constituir-se nos seus lanches económicos. Os jovens partilharam que já fizeram uma atividade que consistia na confeção de receitas por equipas de culinária, em que cada equipa fazia uma prato/sobremesa. Um dos jovens referiu que também podíamos fazer um almoço ou um lanche para todos. O grupo comprometeu-se a pensar nestas sugestões e possibilidades até à próxima sessão.</p>
Reflexão	<p>O grupo tem demonstrado interesse, tornando-se cada vez mais ativo, autónomo e responsável, quanto ao que querem desenvolver em cada sessão. Envolve-se ativamente na aprendizagem, partilhando entre si dificuldades e conhecimentos. Estes momentos têm contribuído também para a consolidação das relações existentes.</p> <p>O espaço do Programa Escolhas é frequentado por jovens, que têm por hábito dirigir-se para ali quando saem da escola. Sendo um espaço único, é inevitável que nos finais das sessões, ou em alguns dias, durante a tarde, o grupo de mulheres encontre os jovens, começando a conhecer-se. A partir deste conhecimento e partilha de interesses, parecem surgir novas ideias para o desenvolvimento do projeto.</p> <p>Estes jovens residem na freguesia e pertencem maioritariamente a famílias mais pobres, funcionando o Programa Escolhas como um ATL, para onde se deslocam sempre e quando lhes é possível, sendo integrados em ações do seu interesse, que promovam a igualdade de oportunidades e potenciem a vivência de experiências diversificadas.</p>

Registo 8	
Local	Espaço do Programa Escolhas
Data e hora	23/05/2017; 14h30-17h
Presenças	Todas as mulheres que agora constituem o grupo, com exceção da D. Rosa (consulta médica); Filha da D. Carmen
Objetivos	Promover o bem-estar e a valorização pessoal; Desenvolvimento de competências na utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação; potenciar a autonomia, a criatividade, a responsabilidade, bem como a capacidade de trabalhar em equipa, numa perspetiva de abertura à mudança. Pesquisa na internet
Estratégias	Rentabilização de recursos; Desenvolvimento de atividades de interesse; Trabalho em grupo; Ações de educação não formal; <i>Brainstorming</i> ; Partilhas e conversas em grupo
Descrição	No início da sessão, informei que a D. Rosa pediu para avisar que teria que ir fazer um exame médico e, por isso, hoje não poderia estar presente. O grupo manifestou preocupação face à D. Rosa, que se tem revelado inquietada com a situação da casa e com a sua saúde, reconhecendo a importância de a apoiar. A D. Fernanda referiu “Não a podemos deixar ir abaixo”. Concluíram que nem sempre é fácil enfrentar os desafios, que às vezes surgem cumulativamente e as fazem perder a esperança numa vida melhor. No entanto, revelam ser mais fácil quando se sentem apoiadas: “Às vezes, por saber que temos ali uma mão amiga, onde podemos segurar e apoiar as mágoas, já é mais fácil” (D. Madalena). A D. Mariana concordou e acrescentou que ter com quem partilhar, sentir-se compreendida e ouvir uma opinião sincera também são aspetos positivos. A D. Madalena partilhou que, tendo faltado na sessão anterior, veio na passada quinta-feira à tarde e transcreveu mais receitas, estando em pé de igualdade com as restantes, no que respeita às

	<p>aprendizagens. Foram partilhadas consigo as ideias que os jovens expuseram na última sessão, mas a D. Conceição já lhe tinha transmitido, pois tinham se encontrado.</p> <p>Após a conversa e a consulta do <i>dossier</i> do emprego, as mulheres dirigiram-se para os computadores. Aprenderam como pesquisar na internet, procurando despertar o gosto pela descoberta e investigação. A D. Mariana começou a pesquisar receitas culinárias, juntando-se a si a D. Madalena. Comentavam o que achavam e como poderiam fazer diferente quando criassem a página de receitas. As restantes ficaram atentas, centrando a atenção sobre como podem seleccionar e apresentar as receitas, de modo a divulgá-las e serem úteis. A D. Conceição decidiu pesquisar sobre a Bélgica e a Holanda, países onde se encontram os filhos. A D. Celeste juntou-se à D. Conceição referindo que, se tivesse possibilidade, gostaria de viajar e conhecer outros países. A D. Carmen, em conjunto com a filha, pesquisaram letras de músicas de que gostam, o que agradou a D. Fernanda, que se juntou a estas.</p> <p>O grupo aprendeu como pesquisar e seleccionar informação, assim como a guardar e imprimir informações resultantes da pesquisa em internet.</p> <p>Posteriormente, o grupo sentou-se em círculo na mesa de trabalho para discutir ideias para a atividade prática de culinária, na sequência do que falaram com os jovens na semana anterior. Decidiram avançar com a ideia de ensinar os jovens a realizar lanches práticos e económicos (<i>workshop</i> de culinária). Referiram considerar que os estes jovens precisam de atenção e carinho, assim como que são a geração futura, pelo que se deve investir no trabalho com eles. A filha da D. Carmen mencionou que está a adorar estar com o grupo e, por relação aos jovens, comentou “Quem me dera que quando tinha a idade deles pudesse ter estas oportunidades”.</p> <p>Verificando disponibilidades e considerando que os jovens à quarta-</p>
--	--

feira à tarde não têm aulas, agendou-se para o dia 14/06/2017. A D. Madalena sugeriu a sua receita de *mini-palmieres* e a D. Celeste sugeriu a receita de *mini-croissants*, com o que as restantes concordaram. Fez-se a lista de ingredientes necessários. Tendo em conta que junto ao Programa Escolhas funciona uma associação local que faz distribuição do banco alimentar, da qual a D. Madalena beneficia, esta lembrou-se que a mesma poderia facultar alguns ingredientes, o que a equipa do Escolhas confirmou, pois já aconteceu no passado para as suas atividades. Sendo ali ao lado, falou-se com o responsável da associação, que confirmou a doação de salsichas, açúcar, canela e polpa de tomate. Os restantes ingredientes (massa folhada, queijo e fiambre) ficaram à minha responsabilidade e da equipa do Escolhas.

No final, a D. Carmen voltou a falar em fazer uma festa como última atividade, que poderia ser semelhante ao que estavam ali a organizar. O grupo decidiu planear mais para frente, apontando a primeira semana de julho para a sua realização. A D. Conceição reforçou que em meados de julho vai visitar os filhos à Bélgica e Holanda, pelo que sendo antes para si era o ideal, pois gostaria de estar presente.

Face ao entusiasmo pela informática e pela culinária, começava a parecer-me que a questão da procura de emprego ficava um pouco esquecida, sendo aliás o que foi primeiramente referido pelas mulheres. Até então, resumia-se à consulta semanal de ofertas de emprego e formação. Assim, lembrei que outra das áreas pensadas para as ações dizia respeito à aquisição de competências e estratégias de procura de emprego, não se tendo ainda planeado nada acerca disto. O grupo assumiu estar tão entusiasmo e interessado no que tem feito, que deixou escapar o planeamento dessas sessões. A D. Madalena mencionou “Ó meninas, até nos esquecemos disso, mas ainda estamos a tempo”. A D. Carmen sugeriu que se trabalhasse sobre como procurar trabalho e que postura assumir. A D. Fernanda

	<p>alertou para a importância da apresentação e do que é dito. Associando à informática, a D. Mariana lembrou a relevância de ter um CV atualizado e saber em que <i>sites</i> podem fazer a pesquisa. Neste sentido, uma das técnicas do Programa Escolhas, que normalmente acompanha a área do emprego, sugeriu serem feitas sessões grupais, adequadas a estes interesses, sugerindo-se que nestas se fizessem simulações práticas. O grupo concordou e agendaram-se as sessões para os dias 13/06/2017 e 27/06/2017.</p>
Reflexão	<p>No início desta sessão, reconheceu-se a importância da filiação e pertença ao grupo, como forma de apoio na superação de desafios da vida. O próprio grupo revela preocupação face aos problemas vivenciados pelos diferentes elementos.</p> <p>O grupo continua a adquirir novos conhecimentos e a envolver-se na aprendizagem e definição de novas sessões. Nesta sessão, as mulheres tomaram a decisão quanto à atividade de culinária, aliando o interesse manifestado pelos jovens à sua ideia de que é importante trabalhar com estes.</p> <p>Verificou-se que, apesar de inicialmente o grupo manifestar necessidades quanto à procura de emprego e estratégias associadas, atualmente revela maior entusiasmo pelas restantes áreas (informática e culinária), que têm contribuído positivamente para o seu bem-estar e valorização pessoal.</p>

Registo 9	
Local	Espaço do Programa Escolhas
Data e hora	30/05/2017; 14h30-16h30
Presenças	D. Rosa; D. Fernanda; D. Celeste; D. Mariana; D. Carmen e sua filha
Objetivos	Promover o bem-estar e a valorização pessoal; Desenvolvimento de competências na utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação; potenciar a autonomia, a criatividade, a responsabilidade, bem como a capacidade de trabalhar em equipa,

	<p>numa perspetiva de abertura à mudança.</p> <p>Conta de correio eletrónico e sua gestão; continuação da edição de receitas</p>
Estratégias	<p>Rentabilização de recursos; Desenvolvimento de atividades de interesse; Trabalho em grupo; Ações de educação não formal; Partilhas e conversas em grupo</p>
Descrição	<p>No início da sessão, informei da impossibilidade de estar presentes a D. Madalena que tinha uma consulta médica e a D. Conceição porque começou a prestar cuidados ao ex-sogro, que tem alzheimer e doença oncológica. Algumas das presentes, já tinham conhecimento que a D. Conceição tinha abarcado esta responsabilidade, concordando que é uma evolução, pois antes a mesma mencionava não ter capacidade par o fazer. O grupo revelou que mantém contacto além das sessões agendadas.</p> <p>Nesta sessão, as mulheres dirigiram-se de imediato para os computadores. Inicialmente, a monitora esteve um pouco mais dedicada à D. Rosa, no sentido de recuperar a sessão anterior, em que não esteve presente. As restantes partilharam o que demais aconteceu, com o que a D. Rosa foi concordando. As restantes apoiaram também a D. Rosa na aquisição daquele conhecimento, antes de avançarem.</p> <p>De seguida, foi abordada a importância da conta de <i>e-mail</i> para a capacidade de produzir e comunicar, para a procura de trabalho e mesmo para a criação de redes sociais. Neste sentido, todas criaram uma conta de <i>e-mail</i> e adquiriram competências associadas como editar e enviar um <i>e-mail</i> e gerir a caixa de correio. Uma vez mais, tratou-se de um conhecimento adquirido com incentivo e apoio entre as presentes, que simultaneamente brincavam e conversavam umas com as outras.</p> <p>No final, a D. Rosa contou que entretanto foi ver a casa da qual a D. Carmen lhe tinha cedido o contacto, outra que a D. Fernanda que</p>

	<p>indicou e uma outra que a D. Conceição lhe tinha falado. Mencionou que optou pela primeira, sendo que a senhoria aceitou alugar por 200€. A mesma comprometeu-se a falar com o filho, mas informou ter intenção de fazer pequenas obras antes de alugar, pelo que apenas poderia entregar a casa no mês de julho. Ainda assim, cumpre o prazo que a D. Rosa tinha para sair, pelo que este problema parece estar resolvido. A D. Rosa referiu “Tudo há-de ir ao sítio. As coisas vão-se encaminhando”, partilhando também que vai manter acompanhamento médico regular, mas não terá que será operada em breve.</p> <p>Antes de o grupo ir embora, consultou o <i>dossier</i> do emprego, tendo a D. Carmen encontrado uma oferta para um trabalho em lar de idosos, o que diz ser o seu sonho. Contactará o responsável. A este propósito, a D. Celeste informou que tem conseguido alguns trabalhos, na área das limpezas, em casas particulares, ou a lavar tapetes, ou a passar a ferro. Afirmou que “Tem sido bom para mim e para a minha carteira. É sempre um alívio e sinto-me útil, ainda com vontade de trabalhar”.</p>
Reflexão	<p>Nesta sessão, verificou-se que o grupo vai mantendo contacto além das sessões agendadas no âmbito do desenvolvimento do projeto, pelo que se consolidaram relações.</p> <p>O apoio do grupo permitiu que a D. Rosa visse resolvido um dos problemas que mais a preocupava, estando mais descansada e mais positiva face ao futuro. A D. Conceição assumiu a responsabilidade de cuidar do sogro, o que antes achava não ser capaz. A D. Celeste adquiriu novos hábitos de trabalho, o que, mesmo sendo irregulares e sem proteção social, contribuem positivamente. A D. Carmen tem manifestado maior motivação na procura de emprego, interessando-se e procurando saber mais das ofertas de emprego adequadas ao seu perfil. Estas são algumas das evoluções observáveis.</p>

Registo 10	
Local	Espaço do Programa Escolhas
Data e hora	06/06/2017; 14h30-17h
Presenças	Todas as mulheres que agora constituem o grupo, com exceção da D. Conceição; Filha da D. Carmen
Objetivos	Promover o bem-estar e a valorização pessoal; Desenvolvimento de competências na utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação; potenciar a autonomia, a criatividade, a responsabilidade, bem como a capacidade de trabalhar em equipa, numa perspetiva de abertura à mudança. Treino de competências; exame e obtenção de diploma
Estratégias	Rentabilização de recursos; Desenvolvimento de atividades de interesse; Trabalho em grupo; Ações de educação não formal; Partilhas e conversa em grupo
Descrição	Nesta sessão, a D. Conceição também não conseguiu estar presente, pelos cuidados ao ex-sogro. Avisou no próprio dia, reforçando que fez os possíveis para conseguir, esperando até ao dia para perceber se alguém a poderia substituir. A D. Madalena referiu que tinha vindo noutra dia ao espaço para criação da conta de <i>e-mail</i> , sendo que também teve ajuda do filho a este nível. Acrescentou que, nesse dia, a D. Conceição veio consigo, pelo que apenas ficará em falta fazer o teste, que farão hoje, mas as restantes disponibilizaram-se para ir noutra dia e apoiá-la e até dar continuidade à edição de receitas, o que já vinham a fazer nos momentos em que se deslocavam ao espaço além das sessões agendadas. As presentes realizaram então a prova de conhecimentos para obtenção do diploma, o que decorreu de forma positiva para todas, que conseguiram dar resposta ao que foi pedido no momento de avaliação, mostrando que adquiriram as competências. A filha da D.

	<p>Carmen assumiu-se como um elemento de apoio, em conjunto comigo e com a monitora.</p> <p>Posteriormente, o grupo decidiu construir e decorar o seu <i>dossier</i> de receitas. Juntaram-se em círculo em torno de uma mesa e recorreram a materiais cedidos pelo Programa Escolhas. Imprimiram e recortaram letras e deram um nome ao <i>dossier</i>: As Receitas das Anónimas. Imprimiram as receitas que já tinham transcrito e editado e colocaram no respetivo <i>dossier</i>.</p> <p>Durante a construção do <i>dossier</i>, as presentes mantiveram a conversa e a boa-disposição. A D. Mariana assumiu uma atitude quase de orientação do grupo, dando ideias e pedindo sugestões. A D. Madalena contou que a sua relação conjugal tem melhorado, não existindo tantas discussões: “Nem gosto de falar para não dar azar, mas temos estado tão bem. Ele tem andado menos implicativo, mas eu também me sinto mais paciente e com mais capacidade para lidar com as coisas que diz”. A D. Fernanda compreendeu e referiu que o seu marido também tem vindo a melhorar o seu comportamento, o que considera que também tem a ver com o facto de ser uma pessoa mais calma e lidar com ele de outra forma. Ambas concordam que a sua mudança na sua forma de ser e estar contribuiu para a melhorar a vida familiar.</p>
Reflexão	<p>Nesta sessão, a prova de conhecimentos constituiu-se como um momento de confiança e valorização pessoal, em que as presentes viram reconhecidas as suas novas aprendizagens e competências. Dispõem agora de mais um recurso.</p> <p>Conforme refletido na última sessão, cada uma das mulheres aparenta alguma evolução na forma de ser e estar. Além do que já foi descrito, a D. Mariana apresenta-se como uma pessoa mais segura de si, partilhando as suas opiniões e conhecimento e estando recetivas a novas ideias. A D. Fernanda tem se assumido como o elemento mais calmo, que encontra no grupo um espaço que lhe transmite apoio,</p>

	<p>sentindo-se mais ativa, ocupando o seu tempo com qualidade (com novas amizades, novos conhecimentos). A D. Madalena tem se envolvido ativamente, impulsionando o grupo, comparecendo no espaço em dias posteriores quando não pode estar presente. Por estar mais calma e sentir-se melhor consigo própria, assume que tem maior disposição para enfrentar a vida e a própria relação com o marido melhor, estando também mais paciente.</p>
--	---

Registo 11	
Local	Espaço do Programa Escolhas
Data e hora	13/06/2017; 14h30-16h30
Presenças	D. Madalena; D. Carmen; D. Rosa; D. Fernanda; Técnica do Programa Escolhas
Objetivos	<p>Promover o bem-estar e a valorização pessoal; Potenciar a autonomia, a criatividade, a responsabilidade, bem como a capacidade de trabalhar em equipa, numa perspetiva de abertura à mudança.</p> <p>Estratégias de procura de emprego, adequação de linguagem e postura, apresentação.</p>
Estratégias	Rentabilização de recursos; Desenvolvimento de atividades de interesse; Trabalho em grupo; Exercícios de dinâmica de grupo; Partilha, debate e reflexão; Conversa intencional; <i>Role playing</i>
Descrição	<p>Antes da sessão, a D. Conceição informou que teria que prestar os cuidados ao ex-sogro, a D. Celeste informou que foi marcada hoje uma visita de enfermagem à mãe e a D. Mariana referiu ter o filho mais novo doente, pelo que não poderiam estar presentes.</p> <p>As presentes sentaram-se em círculo, em torno de uma mesa, sobre a qual estava o <i>dossier</i> com as ofertas de emprego. Comentaram que esta é uma estratégia de procura de emprego, a qual tem utilizado semanalmente. Nesta sessão, esteve também presente a técnica do Programa Escolhas, com formação em psicologia e responsável pelas</p>

	<p>ações relacionadas com o emprego. A mesma concordou com o comentário do grupo e solicitou que identificassem outras formas, sendo elencada a procura através do jornal, através da internet, nos cafés e mercearias, ou “ir perguntando de boca em boca”. A D. Rosa lembrou que numa sessão anterior a D. Isabel tinha comentado que deixava nas caixas de correio pequenos “cartões”, oferecendo diferentes serviços (limpezas, passar a ferro, cuidar de crianças). Falou-se acerca de cada uma destas formas, identificando as vantagens e como deve ser feito. Quando à procura na internet, a técnica divulgou às mulheres a lista que utilizam os <i>sites</i> com ofertas mais atualizadas, sendo que na próxima sessão relacionada com o emprego experimentarão a pesquisa.</p> <p>De seguida, questionei que expectativas trazem para esta sessão e pedi que recordassem o que tinham mencionado que seria importante falar. Assim, a D. Fernanda começou por falar da importância que atribui à apresentação: “Acho que é o que marca a primeira imagem e que pesa na hora de decidir”. A D. Rosa concordou, dizendo que pensa que se uma pessoa até pode ter conhecimentos mas que será tido em atenção se se apresentar com roupa suja e com mau cheiro. A D. Fernanda concordou, dizendo que podem não ter roupas novas, mas que devem saber adequá-las e mantê-las cuidadas. A D. Rosa acrescentou que “um jeitinho de costura, que sabemos fazer, dá sempre para melhorar alguma coisa”. A D. Madalena chamou também atenção para o cabelo, dizendo que, podem não ter dinheiro para cortar ou pintar frequentemente, mas, pelo menos, devem apresentar-se sempre com o cabelo limpo. Acrescentou que uma embalagem de tinta para o cabelo na loja do euro é barata, podendo pintar em casa, o que a D. Carmen afirma também fazer de vez em quando. A D. Fernanda lembrou ainda o cuidado com os dentes; afirmou que não têm dinheiro para ir ao dentista regularmente, mas que podem solicitar acompanhamento através do Centro Hospitalar,</p>
--	---

que por norma assegura pelo menos uma consulta por ano; acrescentou que considera importante manter e inculir às crianças a higiene dentária, prevenindo o aparecimento de caries e o apodrecimento. A D. Madalena referiu que também acha que as mãos ficam sempre muito visíveis e devem mostrar cuidado, pelo que “Acho evitável quando as pessoas andam com as unhas todas sujas e grandes”. Acrescentou que cortar e limpar é sempre possível, completando como se sentiram bem quando também pintaram na sessão de *manicure*. Contou que uma sobrinha tem uma loja de unhas de gel e que às vezes lhe faz gratuitamente, mostrando às restantes. Todas concordaram que manter uma imagem pessoal cuidada é fundamental, não só para se sentirem bem consigo próprias, como também para a imagem que transmitem aos outros, nomeadamente numa entrevista ou procura de trabalho. A D. Rosa assumiu que “Às vezes falta o dinheiro e a disposição para isso, até nós já nos queixamos disso. Mas é muito importante”. A D. Madalena respondeu que “A nós faltava um empurrãozinho, sentimo-nos melhor e ter motivos para nos arranjarmos e sair de casa”. A D. Fernanda concordou, dizendo que se tem dedicado mais a si e aos cuidados consigo própria. A D. Carmen acrescentou “Eu também. Usei todos os produtos que vinham no saquinho que recebemos e ganhei-lhe o gosto”.

Tendo em conta que também referiram como importante falar, passou-se à adequação da linguagem e postura: como nos devemos comportar, bem como o que deve e não deve ser dito numa entrevista de trabalho. As mulheres presentes partilharam o que pensam acerca disto, mencionando que às vezes receiam não saber o que dizer, sendo essa a maior dificuldade.

Começou-se por se assistir a um vídeo, facultado pela técnica do Programa Escolhas, em que eram recolhidas diferentes opiniões na rua acerca deste tema, solicitando-se às mulheres que comentasse.

	<p>Numa das opiniões, ouvia-se que se deveria exigir um salário, adequado às suas competências. A D. Madalena comentou que esse é sempre um problema, já que “Querem pagar sempre o menos possível, se vamos com exigências ainda vimos pelo mesmo caminho”. A D. Fernanda concordou que pensa que não se deve fazer uma exigência, mas educadamente questionar o que pensam pagar e, se possível negociar. A D. Rosa acrescentou “Não nos podemos deixar pisar. Uma coisa é precisar de trabalhar, outra é ser explorada”. Com o avançar da conversa, a D. Carmen concluiu que educadamente é possível questionar e procurar chegar a um acordo, sem pressões e exigências. A D. Fernanda completou que “Acho que fica muito mal ir para uma entrevista com palavrões e a criticar tudo, mas que na base da educação as pessoas se entendem”. Recuperando o último comentário da D. Rosa, a D. Madalena lembrou que outra das opiniões do vídeo dizia que devíamos aceitar tudo o que nos propunham num trabalho para ser contratado, afirmando que não concorda, na mesma lógica do que a D. Rosa disse. Na discussão, o grupo concordou com o vídeo no que respeita à importância de perguntar que tarefas terão que fazer, se não forem esclarecidas, mostrar conhecimento acerca da função a que se candidatam e revelar interesse na oferta. A técnica esclareceu que, cada vez mais, as entrevistas de emprego podem passar por exercícios de dinâmicas de grupo, simulações, em que as pessoas são avaliadas, falando-se sobre alguns exemplos. A colega explicou ainda que, por vezes, são questionadas características pessoais, qualidades e defeitos, expectativas e sonhos, no sentido de melhor conhecer e perceber o que a pessoa considera sobre si própria. Partilhou-se que também é comum questionar o motivo pelo qual a pessoa devia ser selecionada, em vez de outras. Lembrou-se a importância de valorizar experiências profissionais e, no caso de quem está desempregado há muitos anos, reforçar experiências pessoais, que contribuem para o melhor</p>
--	---

	<p>desenvolvimento da função, recuperando situações já partilhadas pelas presentes. Foram partilhados também alguns exemplos em que, recorrendo a casos práticos, se pergunta como reagiriam, percebendo como a pessoa reage a situações de <i>stress</i>, pressão ou trabalho em equipa.</p> <p>Posteriormente, considerando o que foi falado, foi proposto ser feita uma simulação de uma entrevista de trabalho: <i>role playing</i>. A D. Fernanda e a D. Madalena aceitaram o desafio, sendo a primeira a entrevistada e a segunda a empregadora. Por sugestão da D. Carmen, tratava-se de uma entrevista para auxiliar num lar de idosos. A D. Rosa começou por dizer que a D. Madalena deveria estar no seu escritório e a D. Fernanda batia à porta, pedindo licença para entrar. Pelo que foi referido, a D. Carmen considerou que a D. Fernanda estaria bem em termos de apresentação para se dirigir a uma entrevista, “Simples e ajeitadinha” (tinha vestidas umas calças de ganga escura e uma camisa branca, apresentando-se limpa e cuidada; cabelo curto e escuro).</p> <p>Na simulação, a D. Fernanda pediu licença e a D. Madalena mandou entrar e sentar. A entrevistadora começou por perguntar porque se tinha candidatado ao trabalho, tendo a entrevistada respondido que tinha gosto por trabalhar com idosos, já tendo essa experiência. A D. Madalena questionou porque estava desempregada há tanto tempo, ao que a D. Fernanda respondeu que se dedicou por um tempo aos cuidados aos filhos e pais e teve alguns problemas de saúde, que entretanto estabilizaram, sentindo-se capaz de voltar a trabalhar. O que tem para dar ao trabalho foi a pergunta seguinte, ao que a D. Fernanda respondeu que, apesar de não ter formação na área, tem experiência profissional e pessoalmente também a desenvolveu, ao cuidar dos pais. Esclareceu que sabe dar comida através de sonda, assim como dar banho e mudar a fralda a pessoas acamadas. A D. Madalena perguntou então se achava que podia fazer um bom</p>
--	--

trabalho e a D. Fernanda respondeu que sim, pois além da necessidade em trabalhar tem interesse pelo trabalho com idosos, sendo o seu maior sonho. De seguida, a entrevistadora perguntou o que achava que podia ser correr mal ou onde podia haver problemas, tendo a D. Fernanda respondido que seria trabalhar por turnos, pois não teria sempre transportes para se deslocar. Quanto aos problemas, a D. Fernanda respondeu que sabe que existem em todos os trabalhos e que tentaria sempre resolver calmamente, sendo esta uma característica sua. A D. Madalena concluiu dizendo que depois entraria em contacto, caso decidisse contratar.

Na discussão, a D. Fernanda contou que, durante a simulação, pensou na D. Rosa e a D. Carmen para responder às questões, pois a primeira tem experiência de cuidar dos pais e a segunda já trabalhou em lar e tem o sonho de voltar a trabalhar. As mesmas afirmaram ter-se identificado e pensado que poderiam realmente ter respondido daquela forma se estivessem em entrevista. A D. Madalena afirmou que procurou ter em conta o que falamos para pensar nas perguntas e que entanto a D. Fernanda respondia pensava na próxima. A D. Rosa comentou que assim até parecia simples porque a D. Fernanda respondeu sempre positivamente, apoiando-se nas características que conhecia das presentes e não só dela. A D. Madalena lembrou que não foi falada a questão do salário, nem que tarefas teria que realizar, acrescentando que foi colocado um entrave quanto aos transportes, sendo que isso poderia ser prejudicial. A D. Carmen concordou, mas achou que tinha que ser dito porque se fosse selecionada para fazer horário noturno depois teria que dizer que não podia e tinha igualmente o problema.

As mulheres experimentaram e divertiram-se com a simulação, discutindo sobre a mesma e mencionando que foi interessante a forma como esta sessão aconteceu. A D. Carmen concluiu “No centro de emprego não é assim. É só bla bla bla e vimos embora”. A D. Rosa

	<p>concordou, acrescentando “Às vezes venho daquelas coisas coletivas a saber o mesmo, nem percebo o que dizem”. Todas concordaram que desta forma foi simples pensar e falar sobre as pessoas, sem receios do que diziam ou faziam. A D. Fernanda completou “Dissemos as nossas opiniões e falamos a partir daí”. A D. Madalena logo respondeu “Devia ser sempre assim, como as pessoas que precisam”. No final da sessão, a D. Rosa mencionou que uma vizinha falou com ela, informando que iria de férias uma semana no final de julho e que necessitava de alguém que pudesse cuidar e estar atenta à sua mãe, que já tem uma idade avançada e está um pouco debilitada, questionando se estaria interessada. A D. Rosa referiu que aceitou, mostrando-se muito satisfeita. Esclareceu que, não tendo que passar todo o dia em casa da senhora, se comprometeu a fazer as refeições, limpar a casa e dar banho, vigiando também se está bem. Sendo sua vizinha e não sendo um trabalho esforçado, considerou que conseguiria dar resposta e ganhará um valor extra, que permitirá reequilibrar o orçamento familiar e apoiar na mudança de casa.</p>
Reflexão	<p>Nesta sessão, de uma forma descontraída, numa conversa informal, em grupo, foram trabalhadas competências e estratégias necessárias na procura de emprego. As mulheres presentes estiveram bastante participativas e envolvidas, expondo as suas opiniões e dúvidas. Sentiram-se à vontade para partilhar o que pensavam e simular, sem receios. A sessão revelou-se útil, no sentido em que foi adequada ao que sentem necessidade e contribuiu para sentirem maior confiança de que são capazes e estão aptas para responder perante uma entrevista.</p> <p>Na discussão acerca da importância da apresentação a procura de emprego e entrevistas de trabalho, percebeu-se que as mulheres revelam uma maior disposição para cuidar da sua imagem pessoal, voltando a ter gosto em fazê-lo.</p> <p>Na sua partilha, a D. Rosa mostrou ter confiança e satisfação para</p>

	aceitar uma nova proposta: um trabalho esporádico.
--	--

Registo 12	
Local	Espaço do Programa Escolhas
Data e hora	14/06/2017; 14h30-17h30
Presenças	Todas as mulheres que agora constituem o grupo; jovens que frequentam o Programa Escolhas
Objetivos	Promover o bem-estar e a valorização pessoal; Potenciar a autonomia, a criatividade, a responsabilidade, bem como a capacidade de trabalhar em equipa, numa perspetiva de abertura à mudança. Prática de culinária
Estratégias	Rentabilização de recursos; Desenvolvimento de atividades de interesse; Momentos de diversão; Trabalho em grupo; Partilhas e conversa em grupo; <i>Workshop</i>
Descrição	Neste dia, as mulheres chegaram ao espaço animadas, ansiando o trabalho prático na cozinha. Sendo quarta-feira à tarde, os jovens não tinham aulas, pelo que também compareceram, tendo sido anteriormente convidados pelo grupo. Estiveram presentes cinco jovens entre os 12 e os 15 anos, três raparigas e dois rapazes. Em conjunto, lavaram louças, mesa e balcão e prepararam a cozinha para a confeção das receitas: <i>mini-palmiers</i> doces e <i>mini-croissants</i> mistos. Os jovens estavam entusiasmados por aprender. Entre as mulheres e os jovens, combinaram que começariam elas por fazer e eles repetiriam o processo. Começaram pelos <i>mini-palmiers</i> doces, explicando cada passo à medida que iam fazendo (colocar açúcar e canela sobre a mesa; colocar a massa folhada retangular em cima e pressionar; voltar a colocar açúcar e canela; enrolar de cada lado até unir no centro; cortar em fatias de cerca de 1cm). A D. Madalena assumiu a explicação e exemplificação, com o apoio e retaguarda das restantes. Sugeriram colocar pouco açúcar, para todos

pudessem comer no final, inclusive quem tem diabetes. A D. Madalena acrescentou “Não costumo comer doces, por isso de vez em quando não faz mal, também não vou comer um batalhão”. De seguida, os jovens repetiram o processo, falando acerca dos passos enquanto fazia. Foram os doces ao forno já pré-aquecido e passou-se à confeção dos salgados.

Os *mini-croissants* mistos foram feitos com massa folhada redonda. Começaram por cobrir com polpa de tomate e cortaram como se se tratassem de fatias de *pizza*. Na parte exterior, mais larga, de cada fatia colocaram um pouco de fiambre e queijo e enrolaram de fora para dentro, formando pequenos *croissants*. No final, pincelaram com gema de ovo. Face à doação de salsichas da associação local parceira do banco alimentar, fizeram-se também folhados de salsinha, cortando a massa folhada em pequenos quadrados e enrolando. Passados cerca de 20 minutos, retiraram os *palmieres* do forno e colocaram os salgados. Enquanto aguardavam, lavaram todas a louça e o espaço, deixando a cozinha limpa e arrumada.

As mulheres e os jovens ocuparam a cozinha, tomando eles as decisões dos processos, sem necessitar de qualquer ajuda. Enquanto cozinhavam, partilhavam experiências pessoais e conheciam-se.

No final, os jovens falaram entre si e uma das raparigas expôs a sugestão: “Oh donas, nós gostámos muito do que nos ensinaram e também gostávamos de ensinar a vós uma coisa que gostamos muito de fazer. Querem jogar *Party?*”. As mulheres valorizaram o gesto dos vocês, aceitando o desafio. Passaram então para a mesa grande, em que formaram equipas e os jovens ensinaram a jogar o “*Party & Co*”, um dos seus jogos preferidos. Durante o jogo, lancharam o que tinham cozinhado. O responsável pela associação local veio espreitar os resultados, provando também o que havia sido confeccionado. Tendo recebido uma doação de iogurtes em maior quantidade, a associação doou para acompanhar o lanche e entregou também

	<p>embalagens a cada mulher para levar para casa.</p> <p>No final da sessão, a equipa do Programa Escolhas divulgou o <i>workshop</i> nas redes sociais, mais precisamente na sua página do <i>facebook</i>, dando a conhecer o trabalho realizado pelo grupo de mulheres e pelos próprios jovens.</p>
Reflexão	<p>Esta sessão foi bastante divertida e descontraída, em que as participantes tiveram oportunidade de partilhar e demonstrar os seus conhecimentos, enquanto praticavam atividades do seu interesse. Traduziu-se em mais um momento de valorização pessoal e grupal. Os jovens agradeceram muito a participação das mulheres, manifestando contentamento e satisfação. Por sua vez, as mulheres sentiram-se reconhecidas e úteis por proporcionar um momento diferente àqueles jovens. A sugestão dos jovens culminou numa troca de ensinamentos, ficando também os jovens satisfeitos por poderem ensinar algo que gostam e que as mulheres não conheciam.</p> <p>Uma vez mais, o grupo manifestou responsabilidade, autonomia e capacidade de iniciativa, gerindo a sessão e a tarde, sem qual interferência da minha parte ou da equipa do Programa Escolhas. Prevaleceu o espírito de equipa e o trabalho em grupo.</p> <p>Verificou-se que a associação local está cada vez mais próxima, querendo conhecer o que vai sendo feito pelo grupo, valorizando o seu empenho.</p>

Registo 13	
Local	Espaço do Programa Escolhas
Data e hora	20/06/2017; 14h30-17h
Presenças	Todas as mulheres que agora constituem o grupo
Objetivos	Promover o bem-estar e a valorização pessoal; Desenvolvimento de competências na utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação; potenciar a autonomia, a criatividade, a responsabilidade, bem como a capacidade de trabalhar em equipa,

	<p>numa perspetiva de abertura à mudança.</p> <p>Construção da página do <i>facebook</i></p>
Estratégias	Encontro grupal; Partilhas e reflexões em grupo
Descrição	<p>À medida que iam chegando ao espaço, as mulheres iam consultando o <i>dossier</i> com as ofertas de emprego atualizadas. Todas quiseram consultar e comentavam entre si o que iam vendo, sugerindo ofertas umas às outras, conforme o que consideravam mais adequado para cada uma.</p> <p>A D. Conceição mencionou que entretanto tinha vindo ao espaço do Programa Escolhas, acompanhada pela D. Mariana, pela D. Rosa e pela D. Celeste, tendo concretizado a prova de conhecimentos. Contaram que nesse dia transcreveram mais receitas e editaram para terem a mesma formatação.</p> <p>De seguida, com o objetivo de ser construída a página do <i>facebook</i> com as receitas culinárias, as mulheres sentaram-se em frente aos computadores, ligando e revendo as receitas até então editadas, que poderiam ser utilizadas. Foram vistas também as fotografias e vídeos produzidos na sessão prática de culinária da semana anterior.</p> <p>Começando por falar sobre o que viam e comentar o que têm feito em conjunto, a conversa foi fluindo e, a certa altura, de uma forma muito natural, as mulheres foram rodando as cadeiras, formando um círculo junto aos computadores, de costas para os mesmos. Neste sentido, não sendo colocado qualquer inconveniente por mim ou pela monitora de informática, esta tornou-se uma sessão de partilhas pessoais, reflexões e devoluções, conforme aconteceu nas primeiras sessões, no espaço físico da Instituição de RSI.</p> <p>A D. Madalena mencionou que adorou o <i>workshop</i> de culinária e o contacto com os jovens. A D. Mariana reforçou “Foram uns queridos. Tiveram um gesto bonito ao querer retribuir e ensinar também uma coisa deles, o jogo”. A D. Carmen afirmou que não conhecia o jogo, tendo achado muito divertido. A D. Fernanda concordou com as</p>

	<p>restantes, mencionando “Foi um momento muito divertido”. A D. Rosa referiu que se sentiu muito bem, não por estarem todas juntas na cozinha, trabalhando em conjunto, como também pelos ensinamentos aos jovens, que considerou interessados. A D. Celeste respondeu “Sim, trocamos ideias entre nós, mas o que sabemos foi importante para passar aos mais novos, que ficaram todos contentes”. A D. Conceição concluiu que o pensa que o grupo tem muito potencial e que o mesmo foi reconhecido pelos jovens, pela equipa do Programa Escolhas e pela associação local.</p> <p>Acerca da sessão do emprego, decorrida também na semana anterior, a D. Fernanda mencionei “Achei muito interessante”, considerando que se torna importante falar e experimentar para estarem mais preparadas. As restantes que estiveram presentes concordaram e contaram às que faltaram o que foi falado, fazendo-se uma síntese com o meu apoio e da monitora de informática, que entretanto tinha tomado conhecimento pela técnica da sua equipa.</p> <p>A conversa foi evoluindo para um campo mais pessoal, ouvindo-se partilhas mais íntimas. A D. Fernanda recordou o seu passado marcado por episódios de violência doméstica, contando alguns deles. A D. Mariana questionou como conseguiu ultrapassar essas mágoas para manter a relação com o marido, tendo a D. Fernanda respondido que, em alguns dias, recorda com sentimento de tristeza, mas sente que ficou no passado e quis seguir em frente. Contou que, na altura, seria uma vergonha para as famílias contar o que se passava e informar uma separação; “Não quis desiludir a família”. No entanto, referiu que foi aprendendo a contrariar e “a levá-lo pelo bom caminho” e a situação foi melhorando. O marido era muito desconfiado e achava que, sempre que saía, ia ter com algum amante. Quando colocou a banda gástrica e ficou muito mais magra, pensou que isso pudesse voltar a acontecer, pois sentia-se mais bonita e aí considerava que o marido pudesse ter mais ciúmes. Contudo, o</p>
--	--

marido tornou-se mais carinhoso e mais próximo de si, tendo havido melhorias na relação conjugal. A D. Madalena comentou, em tom de brincadeira, “Ah pois claro. Viu-te toda jeitosa, não se ia pôr a jeito de o pores a andar”. A D. Fernanda afirmou “Nunca se sabe. A verdade é que hoje sou feliz e não me arrependo. Tenho uns filhos maravilhosos”. A D. Conceição e a D. Celeste identificaram-se com algumas das partilhas da D. Fernanda, compreendendo o quão difícil é viver esses momentos, relatando também episódios do seu passado. A D. Fernanda sentiu-se compreendida, verbalizando “Sei que vocês sabem do que falo”. A D. Celeste contou que “Logo na noite de núpcias, deu-me um enxerto de porrada e eu estava grávida. Arrependi-me logo de ter casado”. A D. Conceição contou “Eu fartei-me de apanhar e dava-lhe também. Às vezes, parecia um campo de batalha, mas assim ele viu que eu não tinha medo e que também levava. Até ao dia em que pus um ponto final e foi cada um para seu lado”. Valorizando a sua própria evolução e dizendo sentir-se “poderosa”, a D. Conceição concluiu “Antes era uma morcona. Agora, um beijo em cada ombro para ti”. A D. Mariana e a D. Madalena mencionaram que, por vezes, existem algumas discussões em suas casas, mas nada que tenha alguma comparação com o que ali relatam. A D. Mariana referiu “Muitas vezes, é por causa dos miúdos ou do dinheiro não chegar. Resmungamos s dois, mas depois tudo passa”. A D. Madalena mencionou que “O meu pode ser muito chatinho, às vezes uma melga, mas lá nos entendem. Eu falo falo, mas é o homem da minha vida”. Por sua vez, a D. Rosa afirmou que felizmente nunca teve este tipo de problemas, uma vez que o seu marido é muito pacato e têm uma relação estável. A propósito de relações conjugais, a D. Carmen contou às restantes que tem um namorado: já o conhecia e recentemente iniciou uma relação, mas “Quero ir com muita calma e conhecer bem. Não quero cair no mesmo erro, nem vou deixar a minha mãe e os meus filhos. Vamos

	<p>nos conhecendo e namorando, para já”. Acrescentou que, neste momento, a sua prioridade seria conseguir reintegrar-se profissionalmente para “voltar a erguer a minha vida”.</p> <p>No final da sessão, não tendo concretizado a página do <i>facebook</i>, o grupo mostrou disponibilidade para fazê-lo noutra dia, sugerindo a quinta-feira seguinte, dia 29/06/2017. Informei que eu já tinha atendimentos agendados no serviço com outras famílias, pelo que não poderia estar presente. As mulheres assumiram que não haveria problema da minha ausência, mantendo a data. A D. Carmen informou que o início da formação foi adiado para julho, para constituição de turma, pelo que a mesma poderia também estar presente e apoiar, em conjunto com a monitora de informática da equipa do Escolhas.</p>
Reflexão	<p>Nesta sessão, os objetivos planeados, associados à criação de uma página do <i>facebook</i> com as receitas culinárias selecionadas, não foram concretizados. No entanto, não encarei isto como um constrangimento, mas sim como uma alteração da planificação, nunca considerado estaque. Esta alteração foi positiva porque foi importante para o grupo e foi esta necessidade que motivou a sua constituição. Nesta altura, o grupo tem já uma relação mais próxima com a monitora de informática, tendo confiança na mesma e integrando-a no grupo, sentindo-se à vontade para aquele momento. Posso concluir que, apesar da Ação 1 e dos seus objetivos permanecer em simultâneo com a Ação 2, hoje verificou-se de uma forma particular, sendo dado espaço para acontecer desta forma.</p> <p>O grupo percebeu que tinha aproveitado a sessão de uma forma diferente, mas assumiu a responsabilidade por dar cumprimento ao objetivo de hoje. Mostraram autonomia e capacidade de iniciativa, agendando entre si uma data e mantendo-a sabendo que eu não estaria presente. Comentando a sessão de culinária, o grupo revelou ter se sentido útil e valorizado pela partilha dos seus conhecimentos.</p>

	<p>É de mencionar ainda que a consulta do <i>dossier</i> com as ofertas de emprego e formação profissional se tem vindo a tornar um hábito, pelo que há quase que um compromisso subentendido de uma procura de emprego semanal. Apesar de não ser lembrado, o <i>dossier</i> encontra-se em cima de uma das mesas de trabalho e o grupo tem tido a responsabilidade de consultar, mostrando ter maior motivação neste aspeto. Nesta sessão, mesmo aquelas que apontam motivos para ter fracas expectativas para a integração profissional consultaram as ofertas. Reparei que ao ver o que iam surgindo, as próprias mulheres indicam que uma ou outra oferta é mais adequada para cada uma delas, vindo não só a pensar em cada uma individualmente, mas nas restantes também.</p>
--	--

Registo 14	
Local	Espaço do Programa Escolhas
Data e hora	27/06/2017; 14h30-17h
Presenças	Todas as mulheres que agora constituem o grupo, com exceção da D. Fernanda e D. Celeste; Filha da D. Carmen.; Equipa do Programa Escolhas e 3 jovens que frequentam o mesmo
Objetivos	<p>Promover o bem-estar e a valorização pessoal; Desenvolvimento de competências na utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação; Potenciar a autonomia, a criatividade, a responsabilidade, bem como a capacidade de trabalhar em equipa, numa perspetiva de abertura à mudança.</p> <p>Obter conhecimentos para elaboração de CV, carta de apresentação, pesquisa de ofertas de emprego, resposta e candidatura a anúncios, <i>sites</i> mais atuais e recomendados.</p>
Estratégias	Rentabilização de recursos; Desenvolvimento de atividades de interesse; Trabalho em grupo; Ações de educação não formal; Partilhas e conversa em grupo
Descrição	Na manhã deste dia, a D. Fernanda contactou para informar que não

	<p>se estava a sentir bem, estando com desequilíbrios, pelo que se não melhorasse não poderia estar presente. A D. Celeste informou que nessa tarde iria fazer uma limpeza a uma casa particular.</p> <p>Após ter chegado ao espaço, o grupo verificou as ofertas de emprego atuais. A D. Carmen e a D. Madalena afirmaram que, por vezes, encontram ofertas do seu interesse, mas que nem sempre reúnem os critérios exigidos, nomeadamente no que respeita à idade ou e ao nível de escolaridade. A D. Carmen acrescentou que, ainda assim, que se tem candidatado a ofertas, mas não tem obtido resposta. A D. Madalena concordou, mencionando que, nos contactos que faz, se comprometem a contactar, mas não obtém resposta. A D. Conceição partilhou como tem sido apoiar o ex-sogro, considerando que tem sido gratificante. Afirmou que a ex-sogra tem ajudado, nomeadamente com algumas coisas que possa precisar para a filha, o que tem sido uma ajuda. A D. Mariana mencionou que lhe foi questionado se terá possibilidade de fazer substituições de férias no local de trabalho, pelo que a partir da segunda quinzena de julho conta ter mais trabalho e também ser melhor remunerada. A D. Rosa referiu que a casa para onde se vai mudar está quase pronta, sendo que, sendo próxima de onde vive atualmente, terá facilidade nas mudanças.</p> <p>Após este momento de partilhas e depois de ser consultada a lista dos <i>sites</i> mais atualizados e recomendados para a procura de emprego, o grupo ocupou os computadores. Aprendeu a utilizar e registar-se nesses <i>sites</i>, nomeadamente com recurso à conta de <i>e-mail</i> criada nas sessões de informática. Aprendeu, assim, a pesquisar ofertas de emprego na internet.</p> <p>Posteriormente, a monitora de informática mostrou como deve ser feita uma carta de apresentação, como se deve responder ou candidatar-se a anúncios, bem como ensinou a fazer e atualizar um <i>CV online</i>. Considerando que cada mulher apresenta as suas</p>
--	---

	<p>especificidades, esta aprendizagem decorreu em grupo, com recurso a alguns exemplos, sendo transmitidos os conhecimentos em grupo. Cada uma adquiriu noções de como se faz, sendo-lhes dada a possibilidade de se deslocarem ao espaço sempre que o queiram ou necessitem fazer, individualmente ou em grupo, com maior tempo dedicado a este objetivo, de acordo com as suas necessidades.</p> <p>No final destas aprendizagens, as presentes comentaram o facto de sentirem que tudo está a passar tão rápido e que o que tinham previsto para o projeto estar quase concluído. A D. Madalena lembrou-se que inicialmente se havia falado na possibilidade de fazer uma festa de verão para a finalização, o que ainda não se planeou. Assim, sendo da concordância de todas, verificaram-se disponibilidades e recolheram-se ideias. Juntamo-nos todas na mesa de trabalho, chamando a participar a equipa do Programa Escolhas e três jovens que entretanto tinham chegado.</p> <p>Quando se tinha falado desta ideia, tinha dado como disponibilidade a primeira semana de julho, nomeadamente o dia 6, porque no dia 4 já tinham outras atividades, mas a D. Rosa e D. Mariana declararam não ter disponibilidade nesse dia. Decidiu-se adiar para a semana seguinte, para o dia 12/07/2017. “Assim até temo mais tempo para ver as coisas”, disse a D. Mariana. Os jovens também estarão disponíveis, tendo em conta que já se encontrarão em período de férias escolares. A D. Mariana referiu que poderia trazer os seus filhos, com o que a D. Conceição também concordou. A filha da D. Carmen informou que o início das suas aulas está previsto para o dia 17/07, pelo que poderia e gostaria de estar presente. Uma das técnicas do Programa Escolhas propôs o alargamento da festa à comunidade (família, amigos, conhecidos), o que o grupo concordou, declarando que <i>“Assim, é mesmo para acabar em grande!”</i> (D. Carmen).</p> <p>Nesta semana, um estagiário de Multimédia integrou a equipa do</p>
--	--

	<p>Escolhas, estando também presente no final da sessão. Sugeri então que fossem elaborados convites para a festa final, tendo os jovens se oferecido para fazer a sua divulgação. As mulheres concordaram e deram ideias, sobretudo a D. Carmen e a sua filha. O estagiário foi fazendo os convites à medida que íamos falando, estando a ficar ao agrado de todos. Precisaria de ajustes, nos quais o estagiário se comprometeu a apoiar.</p> <p>A D. Conceição sugeriu associar a culinária a essa festa final, podendo repetir as receitas feitas na primeira atividades, as quais os jovens já tinha conhecimento e poderiam ajudar. Decidiram então fazer <i>mini-palmieres</i> e folhados de salsinhas, pois ainda tinham ingredientes, precisando apenas de massa folhada, o que ficou à responsabilidade da equipa do Programa Escolhas. Os jovens concordaram, dizendo que “É fácil e bom para o lanche e podemos ajudar”. Entretanto, a D. Madalena alertou que seria necessário uma maior quantidade de comida, se o convite seria alargado à comunidade, pelo que propôs a confeção de uma bola de carne simples. Contudo, concluiu-se que não haveria tempo para fazer tudo isso no período da tarde (o forno é pequeno e a bola demora mais tempo), sendo necessário disponibilizarem mais tempo desse dia. Posto isso, a D. Madalena ofereceu-se para fazer a bola em casa, desde que lhe fossem entregues os ingredientes. Para o restante, as mulheres combinaram encontrar-se às 14h no espaço e programar a festa para as 15h30. Os jovens comprometeram-se a ajudar, tendo um deles sugerido fazer crepes no momento, pois já o fizeram numa atividade em que participaram e correu muito bem. A equipa do Programa Escolhas concordou e mencionou que ainda têm os materiais.</p> <p>Questionadas outras sugestões, a D. Mariana disse que pensava que a festa deveria que ter música e a D. Rosa referiu que também seria interessante ter uma aula de dança. Concluiu-se que a música é possível: o espaço dispõe de sistema de som; contudo, a aula de</p>
--	---

	<p>dança obrigaria ao convite de um professor, o que poderia ser mais difícil, tendo o grupo revelado não ter nenhum conhecimento neste sentido. Entretanto, lembrei-me que uma colega que se encontra a fazer uma substituição noutra equipa de RSI da instituição é professora de dança. Contactamos no momento, tendo a mesma aceite colaborar. Todos se mostraram entusiasmados, tendo os jovens comentado “Vai ser mesmo fixe. Já vou contar os dias”.</p> <p>Aproximando-se o final da sessão, propus agendar nova sessão para ajudar os pormenores da festa e fazer a avaliação do projeto. Foi então agendada para a semana seguinte, no dia 05/07/2017.</p>
Reflexão	<p>No que respeita à área do emprego, o grupo adquiriu novos recursos, mais informação e conhecimento, mas torna-se necessário haver mais tempo e continuidade destas ações para a concretização de resultados mais consistentes. No entanto, verifica-se uma maior disponibilidade para o processo de procura de emprego, assim como um maior compromisso e confiança em si próprias. A este respeito, é também uma mais-valia o facto de o grupo conhecer e poder continuar a usufruir do espaço do Programa Escolhas, sempre que queiram e necessitem.</p> <p>Ao longo desta sessão, as mulheres presentes apresentaram-se mais animadas e positivas, manifestando vontade de se envolver e participar, nomeadamente na preparação de sessões seguintes. Conclui-se o desenho do projeto foi pensado, sem grandes pormenores, sendo que o mesmo se tem desenvolvido de uma forma bastante natural e participada, planeando-se em conjunto.</p> <p>Tendo em conta que os jovens vão participar na festa final, considerou-se importante o seu envolvimento e participação, estando a par dos preparativos, responsabilizando-se também pelos mesmos.</p> <p>O alargamento à comunidade permitirá divulgar, uma vez mais, o potencial do grupo, que inevitavelmente se sente valorizado e orgulhoso por organizar e estar envolvido neste tipo de iniciativa.</p>

Registo 15	
Local	Espaço do Programa Escolhas
Data e hora	05/07/2017; 14h30-17h
Presenças	Todas as mulheres que agora constituem o grupo
Objetivos	Promover o bem-estar e a valorização pessoal Concluir os preparativos da festa final; Avaliação do projeto
Estratégias	Encontro grupal; Trabalho em grupo; Conversa intencional; Partilhas e reflexões em grupo; <i>Brainstorming</i>
Descrição	<p>Esta sessão realizou-se na sala onde decorreram as primeiras sessões do projeto, na nos sentamos em torno de uma mesa redonda.</p> <p>Inicialmente, partilharam-se as sessões relativas ao emprego com a D. Celeste, em que não esteve presente, sobretudo a última, também com a D. Fernanda. Foi lhes garantida a disponibilidade, tal como às restantes, de se deslocar livremente ao espaço do Programa Escolhas, obtendo os mesmos conhecimentos. O grupo comentou que o tem feito, de forma a todas ficarem com um CV atualizado e adquirirem as mesmas aprendizagens.</p> <p>De seguida, concluiu-se a preparação da festa final, falada telefonicamente com a D. Celeste e com a D. Fernanda, no sentido de as colocar a par e aferir as suas opiniões.</p> <p>Posteriormente, sugeri que passássemos à avaliação do projeto. A D. Madalena logo comentou “Ainda parece que foi ontem que tudo começou e já estamos a acabar”, recordando alguns momentos como a prática de culinária, a aprendizagem da informática e os momentos de encontro em grupo. As restantes comentavam e partilhavam também a sua opinião por relação a cada momento, salientando como melhores a culinária e a informática, mas realçando sobretudo a partilha em grupo, o carinho conquistado e as amigas criadas.</p> <p>Como forma de sintetizar o que foi acontecendo, mostrei um <i>powerpoint</i> com algumas imagens do que foi feito até então. O grupo</p>

	<p>assistiu, emocionado e orgulhoso, comentando a satisfação sentida pela evolução do projeto e do próprio grupo. A partir deste momento, levantei a reflexão acerca do projeto, sugerindo que falássemos e avaliássemos o seu desenvolvimento.</p> <p>O grupo começou por comentar que “Tudo tem sido bom” (D. Fernanda), fundamentando com o facto de terem adquirido novos conhecimentos, feito amizades, conviver e criar um bom ambiente num trabalho em grupo. Afirmam que no grupo se sentiram verdadeiramente compreendidas e aceites, podendo ser genuínas e autênticas nas suas partilhas. A D. Celeste comentou “Sabe, aqui não (nos) julgamos umas às outras. Compreendemos e aceitamos”, tendo a D. Mariana completado que “Sentimos que podemos mesmo ser nós próprias”. A D. Carmen disse ter sentido que se conhecerem umas às outras, mas “também nos reconhecemos a nós próprias”. A D. Rosa considerou que se sentem mais valorizadas e acreditam mais em si próprias. Viram valorizadas as suas partilhas e reconheceram e valorizam competências. A D. Mariana referiu que achou positivo “(...) para a nossa própria dignidade, para não nos deixarmos humilhar e para nos defendermos”. A D. Fernanda mencionou ter sentido a existência de um “bom ambiente”, uma “química” no grupo, que favoreceu a identificação e coesão grupal. A este nível, a D. Conceição realçou a importância das relações criadas e fortalecidas no grupo, por se manterem juntas, declarando que se tornaram amigas e isso terá continuidade, podendo o grupo continuar a encontrar-se e a apoiar-se mutuamente. A D. Conceição continuou, afirmando que quando vai na rua e pensa que se pode cruzar com uma das restantes, ou quando vai propositadamente ao seu encontro, até fica mais animada e confiante, pois aquelas pessoas dizem-lhe muito e fazem com que se sintam melhor. As restantes sorriam, mostrando identificar-se com o que dizia, e a D. Madalena respondeu naturalmente “Ai é mesmo. Até ficamos com outro ar, mais bem dispostas”.</p>
--	---

	<p>Sendo a D. Mariana mais nova do que as restantes, questionei como se sentiu ao estar integrada num grupo com pessoas mais velhas e se isso se constituiu como entrave. As restantes logo responderam que a D. Mariana sempre trouxe “juventude ao grupo, um ar mais fresco”. A D. Mariana referiu que se sente mais compreendida naquele grupo do que em qualquer outro espaço ou com outras pessoas. Acrescentou que valorizou imenso as partilhas de todas, sendo também exemplos para si. Mencionou ainda que sente que as suas partilhas são melhor acolhidas e compreendidas por estas pessoas, com mais experiência de vida, do que por outras, por exemplo, da sua faixa etária.</p> <p>Cuidar da imagem pessoal era uma das necessidades elencadas, sendo também lembrada pelas mulheres, nomeadamente pela D. Carmen “Saímos da <i>manicure</i> todas vaidosas. Vínhamos pela rua fora e até sentia que olhavam para nós todas bonitas” e pela D. Madalena “Usei os produtos todos que vinham no saquinho”. A D. Fernanda reforçou que, tal como falaram em sessões passadas, por saírem mais vezes de casa para estar com outras pessoas e conviver, também acabavam por ter mais cuidados consigo próprias. A D. Madalena acrescentou que também já tinham falado que agora também sentem uma maior disposição em apostar em si, pois “Também nos sentimos melhor com nós próprias e dá-nos gosto andar mais arranjadinhas”. A propósito de se sentirem melhor consigo próprias e com os outros, a D. Fernanda referiu “Agora não temos vergonha de falar e conviver, temos até vontade de o fazer”.</p> <p>Quanto aos conhecimentos e recursos adquiridos, o grupo salientou o facto de terem aprendido umas com as outras, comprovando que têm sempre algo a aprender, mas também a ensinar. A D. Carmen mencionou ter sido um gosto ensinar os jovens, tendo as restantes concordado. Valorizaram a forma descontraída como as aprendizagens foram conquistadas. Questionadas acerca das alterações provocadas no seu quotidiano, a D. Conceição respondeu</p>
--	---

que “Saber mexer no computador foi bom para corrigir os meus erros. Nem tinha noção que escrevia tão mal”. A D. Madalena disse “Eu agora até percebo mais do telemóvel XPTO que o meu filho me deu, porque penso como se fosse o computador”. A D. Madalena continuou, partilhando que, quando há futebol “nos canais dos ricos”, o filho deixa o computador em sua casa e consegue colocar o futebol em direto no computador, assistindo com o seu marido. A D. Carmen respondeu que, perante si próprias e os outros, “Mostrámos o que valemos e que só estava adormecido”, pois conquistaram novos recursos que lhes permite “ser mais fortes contra os desafios da vida”. Ainda sobre as mudanças nas suas vidas, a D. Fernanda mencionou que “Uma das coisas também importante foi aprender a lidar com as críticas”, sendo completada pela D. Rosa e pela D. Madalena que disseram, respetivamente, “Lidar com os conflitos” e “Lidar com o «dar a cara» para pedir ajuda”. A D. Celeste referiu ter tirado uma conclusão: “Existe sempre quem esteja pior”, assumindo agora que é essencial valorizar o que têm de positivo na vida, o que foi possível ao longo do projeto. A D. Mariana concluiu assim que todas levam daqui “uma lição para a vida”. A D. Rosa concordou, afirmando que “Passamos a olhar para a própria vida de forma diferente, procurando pensar mais positivo”. A este propósito, a D. Carmen acrescentou “Estamos mais ativas, mais capazes!” e a D. Madalena completou “Com mais vontade de seguir em frente, tentar coisas diferentes e procurar melhor”.

Face a esta nova experiência e forma de intervenção, questionei o grupo como se sentiu ao participar ativamente na conceção e desenvolvimento do projeto. A D. Carmen respondeu que isso permitiu “responder aos nossos interesses e dizer o que sentíamos”, o que todas consideraram muito positivo. A D. Rosa acrescentou que ter desenvolvido atividades com o que realmente gostavam e sentiam necessidade, “motivava-nos a continuar”. A D. Conceição reforçou o

trabalho em grupo, declarando que “Assim, até foi mais fácil aprendermos. Íamos brincando, conversando, mas levando isto muito a sério”. A D. Madalena mencionou que “Gostando, entregamo-nos às coisas e o resultado foi muito bom. Deviam haver mais coisas assim”.

Por fim, referindo ao serviço e à equipa de RSI, a D. Conceição comentou “Sabe querida, por estar aqui mais vezes, conheço e falo com todas. Se precisar de alguma coisa, sei que posso confiar em qualquer uma, o que é muito bom!”. As restantes concordaram, dizendo que consideram ter uma relação mais próxima com a equipa, até porque “Também nos demos mais a conhecer e confiamos mais” (D. Mariana). A D. Fernanda e a D. Madalena partilharam que, por vezes, se passarem na rua, entram no serviço nem que seja para cumprimentar, o que antes não acontecia. A D. Celeste contou que nos seus atendimentos individuais com a técnica gestora da sua prestação de RSI tem sentido uma maior abertura para expor a sua vida. A D. Carmen lembrou que também gostou de ter conhecido a equipa do Programa Escolhas, tendo a D. Rosa acrescentado que “São umas queridas”. De uma forma geral, o grupo reconheceu o Programa Escolhas como um novo recurso que têm disponível, não só para si e para a sua família, como para indicar a outras pessoas.

Após a avaliação e reflexão acerca do projeto, alertei o grupo para a designação de um nome para o mesmo. A verdade é que, ao longo do desenvolvimento do projeto, sempre se ouviu “Vamos para as Mulheres Anónimas” ou “O projeto das Mulheres Anónimas”, nunca tendo surgido a necessidade de lhe atribuir um nome. Pensando em possíveis nomes, o grupo foi lançando expressões: enfrentar desafios, contrariar dificuldades, lidar com as dificuldades da vida, aceitação e compreensão, trabalho em grupo, vontade de acreditar, recomeçar, pensar em novos rumos, seguir em frente, positividade, juntas somos mais fortes. Procurando juntar algumas das expressões, foram criadas duas hipóteses em grupo: O recomeço: a força e a vontade de

	<p>acreditar renascer nas “Mulheres Anónimas” e “Seguir em frente, enfrentando os desafios da vida: um trabalho em grupo com as “Mulheres Anónimas”. Apesar de a decisão pender para o segundo, o grupo sugeriu ouvir a opinião das equipas do RSI e do Programa Escolhas.</p> <p>No final da sessão, cada mulher recebeu uma flor, como forma de valorização pelo seu envolvimento e participação.</p>
Reflexão	<p>Esta sessão decorreu de uma forma surpreendente para mim. Pela avaliação que eu própria fui fazendo, considerava que houvesse resultados positivos do projeto e que o mesmo tinha sido importante, provocando mudanças no grupo e no que o rodeia. No entanto, nesta sessão, tomei consciência disto mesmo, a partir das próprias pessoas. O próprio grupo identificou de uma forma muito clara o que entendeu como mais positivo, valorizando o impacto das aprendizagens, dos conhecimentos e das relações criadas, assim como reconhecendo a importância da sua participação e envolvimento.</p> <p>Ao longo da sessão, eu própria reconheci como foi importante o desenvolvimento deste projeto, não só ao nível profissional, com ganhos conseguidos junto das pessoas e das práticas desenvolvidas, como também a nível pessoal, que tanto ganhei com estas pessoas. Efetivamente, tal como o já o tinham dito, tornaram-me parte o grupo, integrando-me nas suas partilhas, sem qualquer resistência.</p>

Registo 16	
Local	Espaço do Programa Escolhas
Data e hora	12/07/2017; 14h00-17h30
Presenças	Todas as mulheres que agora constituem o grupo; Jovens que frequentam o Programa Escolhas; Filhos da D. Mariana; Filha da D. Carmen; Filha da D. Conceição; Crianças, professores e funcionários da escola; Funcionários do comércio circundante (café, cabeleireiro, minimercado); Membros da associação local; Moradores do conjunto

	habitacional e proximidade; Equipa RSI; Equipa do Programa Escolhas.
Objetivos	<p>Promover o bem-estar e a valorização pessoal; Potenciar a autonomia, a criatividade, a responsabilidade, bem como a capacidade de trabalhar em equipa, numa perspetiva de abertura à mudança.</p> <p>Festa final: prática de culinária (grupo de mulheres com grupo de crianças) e aula de dança, aberta à comunidade</p>
Estratégias	Rentabilização de recursos; Desenvolvimento de atividades de interesse; Momentos de diversão; Trabalho em grupo
Descrição	<p>Neste dia, realizou-se a festa final do projeto, estando presentes todas as participantes, assim como a filha da D. Carmen, os filhos da D. Mariana, a filha da D. Conceição, a equipa do Programa Escolhas e os jovens que o frequentam.</p> <p>Ceguei um pouco mais tarde, devido à necessidade de dar resposta a uma situação urgente no serviço. No entanto, o grupo de mulheres já tinha chegado e já estava perfeitamente à vontade com o espaço e com o que seria feito, já tendo iniciado a confeção dos doces e salgados, em conjunto com os jovens, mantendo o diálogo e a boa disposição entre todos. Os dois jovens responsáveis pelos crepes, prepararam a massa, com o apoio do grupo de mulheres.</p> <p>Estavam presentes 9 jovens, sendo que enquanto uns apoiaram na cozinha, outros prepararam o exterior, contando com o apoio dos filhos das mulheres, que também se envolveram na preparação da festa. Assim, aproveitavam a disposição do espaço exterior, com traves de madeira, para improvisar suportes, que decoraram com papel e se constituíram nos balcões para a exposição dos doces e salgados e para a confeção dos crepes.</p> <p>Como combinado, a D. Madalena trouxe uma bola de carne, que fez em sua casa, com os ingredientes facultados pela equipa do Programa Escolhas. Oferecido pela Instituição da equipa de RSI e Programa Escolhas, dispunha-se também de sumo para acompanhar.</p>

	<p>Uma vez que os jovens tinham distribuído os convites pela comunidade envolvente, a partir das 15h30 começaram a chegar os “convidados”: alguns moradores do conjunto habitacional em que se insere o espaço do Programa Escolhas e da proximidade, os funcionários e clientes dos estabelecimentos de serviços (café, cabeleireiro, minimercado), bem como professores, funcionários e crianças que se encontravam a frequentar as atividades extracurriculares no centro escolar ali ao lado. Estiveram também presentes membros da associação local, da Equipa RSI e da Equipa do Programa Escolhas. Neste aglomerado de pessoas, contavam-se mais de 50 pessoas, de diferentes idades.</p> <p>Pelas 16h, decorreu uma aula de zumba gratuita, sendo que alguns quiseram realizar e outros apenas assistiram. No final, quem quis, pôde provar as iguarias das “Mulheres Anónimas” e os crepes feitos no momento e beber sumo fresco ou água.</p> <p>A iniciativa foi elogiada por todos os presentes. Alguns elementos da associação local (junto ao espaço do Programa Escolhas) revelaram ter interesse em organizar eventos, atividades e novos serviços, que permitissem divulgar e expandir a associação. Consideraram ter sido interessante conhecer este grupo, ficando em aberto a possibilidade de vir a ser futuramente desafiado por esta associação.</p> <p>Quando o grupo se despedia, a monitora de informática entregou os diplomas de competências básicas em tecnologias da informação, o que cada uma das mulheres obteve com a aquisição de novos conhecimentos.</p> <p>No final, os momentos da festa foram divulgados através de fotos e vídeos na página do <i>facebook</i> do Programa Escolhas.</p>
Reflexão	<p>Esta sessão final constituiu-se num momento de convívio, diversão e degustação. Foi evidente a capacidade de iniciativa e autonomia do grupo, bem como o seu sentido de responsabilidade e compromisso assumido, não precisando de qualquer orientação ou lembrança. O</p>

	<p>meu atraso não teve qualquer implicação na organização. As competências e potencialidades do grupo foram reconhecidas, aumentando o sentimento de valorização, autoeficácia e utilidade. O grupo revela maior confiança e segurança em si próprio e em cada uma, tendo consolidado laços e sentindo o apoio umas das outras, tornando-se mais fácil criar expectativas mais positivas.</p> <p>Os próprios jovens envolveram-se ativamente, integrando os filhos das mulheres, na preparação e desenvolvimento da festa. Cada grupo (mulheres e jovens) deu o melhor de si para a festa, partilhando conhecimentos.</p> <p>A partir desta iniciativa surge a possibilidade de um futuro desafio ao grupo de mulheres por parte da associação, que se encontra aberta a novas possibilidades. Considera-se uma mais-valia o grupo ter tido um contacto próximo com esta associação, nomeadamente com um dos representantes. Tal tornou possível este reconhecimento e ainda algumas doações de alimentos (excedentes de produtos), após as distribuições que realizavam à comunidade.</p>
--	--

V. REGISTOS FOTOGRÁFICOS DO PROJETO

Registo 1: sessão de manicure



(conjunto de ofertas recebido
por cada mulher)

Registo 2: criação do *dossier* de receitas



Registo 3: *workshop* de culinária



Registo 4: divulgação do *workshop* de culinária



Registo 5: convite para festa final



Registo 6: festa final

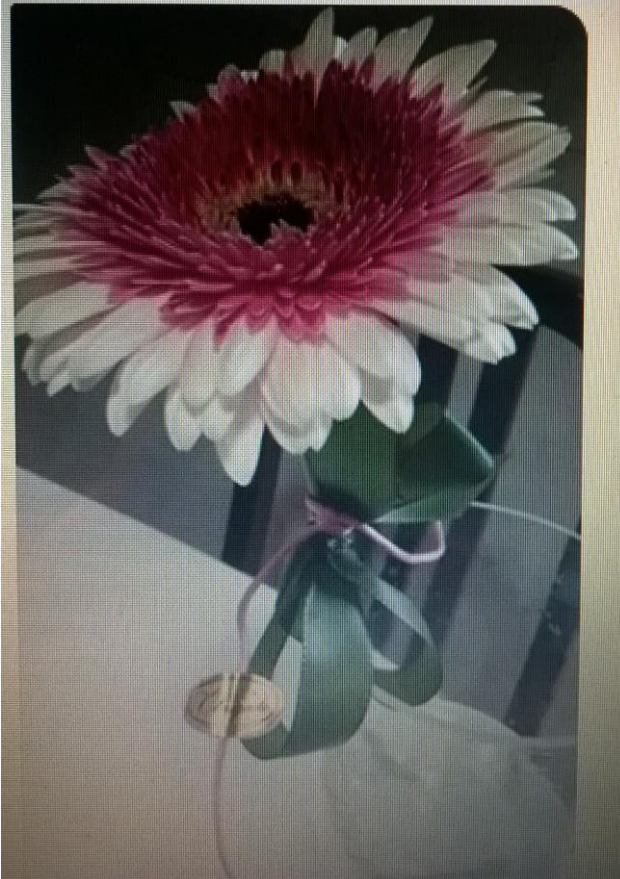


Registo 7: diploma de Competências Básicas em Tecnologias da Informação, obtido por cada uma das participantes



Registo 8: publicação da D. Madalena após a sessão de avaliação do Projeto

Hoje recebi esta simple flor de uma amiga anonima fiquei feliz porque afinal não tamos esquecidas quanto menos esperamos um ato tão simples fasnos seguir em frente um grande beijo para ela



ANEXOS

A. COMPETÊNCIAS ATRIBUÍDAS AOS TÉCNICOS

Como pode ler-se no Manual de Protocolos de RSI, datado de 2011, no âmbito do acompanhamento às famílias beneficiárias de RSI, aos técnicos são exigidas várias competências:

- “- Estudar e elaborar o processo individual de cada agregado familiar, recolhendo a informação necessária;
- Elaborar o diagnóstico da situação da família;
- Realizar entrevistas com a família;
- Negociar e definir com a família o programa de Inserção;
- Acompanhar e avaliar o desenvolvimento do programa de inserção, a evolução dos elementos que integram o agregado familiar e manter o processo da família actualizado, sistematizando a avaliação realizada, quer em momentos formais acordados com a família, quer em momentos informais;
- Gerir, acompanhar e avaliar o trabalho desenvolvido pelas Ajudantes de Acção Directa;
- Efectuar visitas domiciliárias às famílias, sempre que se justifique;
- Contactar e estabelecer relações de cooperação e parceria com os sectores representados no NLI, bem como com outras entidades que desenvolvam a sua intervenção na comunidade;
- Articular com o NLI de acordo com os procedimentos que por este vierem a ser definidos;
- Elaborar, com a equipa pluridisciplinar, o plano de acção anual bem como, relatórios de progresso semestrais;
- Realizar periodicamente reuniões com a equipa pluridisciplinar, no sentido de avaliar a eficácia da intervenção e estabelecer prioridades ou implementar novas estratégias de actuação;

- A gestão dos processos individuais de cada agregado familiar, enquanto mediador da intervenção em articulação com os diferentes intervenientes e entidades envolvidas no desenvolvimento dos programas de inserção” (Manual de Protocolos de RSI, 2011, p. 9).

B. COMPETÊNCIAS ATRIBUÍDAS ÀS AAD

Conforme o Manual de Protocolos de RSI, datado de 2011, no âmbito do seu acompanhamento às famílias beneficiárias de RSI, às AAD é exigido um conjunto de competências:

- “- Estabelecer uma relação de proximidade e de confiança com a família e um conhecimento adequado das dinâmicas familiares, de modo a facilitar a sua aceitação pela família, assim como do programa de inserção acordado;
- Estabelecer prioridades e criar condições para o envolvimento activo da família na concretização das acções que integram o programa de inserção;
- Apoiar as famílias, no processo de intervenção, na análise dos meios disponíveis para a sua manutenção, organização e potenciação dos mesmos, estimulando a participação de toda a família;
- Desempenhar/participar nas tarefas do quotidiano familiar, numa perspectiva pedagógica e de suporte à sua realização (ensinar a fazer, fazer como), incorporando novas aprendizagens e promovendo a optimização das diferentes tarefas, com vista a uma melhor organização familiar e economia doméstica (receitas fixas e eventuais; despesas indispensáveis, úteis e agradáveis; despesas imprevistas e de emergência; negociação e gestão de dívidas);
- Contribuir para a educação para a saúde e para os cuidados pessoais, ajudando ao reconhecimento dos factores que contribuem para a promoção da qualidade de vida e prevenção de doenças, promovendo o desenvolvimento e consolidação de uma cultura de higiene e de outros cuidados pessoais;

- Estimular e desenvolver com a família conhecimentos sobre as diversas áreas das competências familiares, bem como as suas competências sociais básicas, potenciando os recursos e saberes existentes (educação parental; relações inter-familiares; relações de vizinhança e de proximidade; relações institucionais);
- Ajudar à planificação (criar rotinas) em actos essenciais à vida quotidiana;
- Relacionar-se adequadamente com a equipa, tendo sempre em atenção a delimitação de competências na mobilidade profissional;
- Articular com os gestores de caso, sempre que no decorrer da sua actuação observe indicadores que ajudem ao aprofundamento do diagnóstico e que demonstrem a evolução da família.
- Promover a integração grupal e social;
- Planear, organizar e desenvolver actividades de carácter educativo, desportivo, social e recreativo na comunidade ou ao domicílio, com vista a melhorar a qualidade de vida das famílias e da sua inserção e integração social;
- Incentivar os indivíduos a desenvolverem a sua criatividade e inovação, canalizando essas potencialidades para actividades úteis ao próprio e aos que o rodeiam” (Manual de Protocolos de RSI, 2011, p. 11).

Concretamente, as AAD’s centram a sua intervenção com as famílias em

“Higiene e organização habitacional; Higiene pessoal e tratamento de roupas; Saúde oral; Acompanhamento das orientações dos serviços de saúde; Orientação/supervisão do cumprimento das indicações médicas; Alimentação saudável e confeção de refeições; Actividades lúdico-pedagógicas; Gestão do orçamento familiar; Técnicas de procura de emprego; Sensibilização para o cumprimento dos objetivos definidos em acordos de promoção e proteção de menores; Apoio e acompanhamento na articulação com os vários serviços; Estimulação do interesse pela vida escolar; Promoção da auto-estima e minimização do isolamento” (Plano de actividades da Instituição, 2017, p. 3).

NM