

## **PROGRAMA DE COMPETÊNCIAS PESSOAIS E SOCIAIS PARA ADULTOS EM EXCLUSÃO SOCIAL**

**HÉLDER RÊGO FERNANDES, ELISA MORENO, SUZANA NUNES CALDEIRA, CÉLIA BARRETO CARVALHO**

Universidade dos Açores

Contacto: [helderfernandes@cipavioleta.org](mailto:helderfernandes@cipavioleta.org)

### Resumo

Este trabalho apresenta o programa “Saber, Pensar e Agir – SPA”, um programa de promoção de competências pessoais e sociais para públicos em situação de exclusão social. O fenómeno de extrema exclusão social, caracterizado como um processo de rutura do indivíduo com a sociedade, é uma realidade a que a ilha de S. Miguel – Açores tem assistido, quer por fatores de ordem económica, quer sociais ou culturais. Diversas instituições, como a Novo Dia – Associação para a Inclusão Social, têm procurado dar resposta a adultos, de ambos os sexos, que se encontram nesta situação, tais como, deportados, ex-reclusos, sem-abrigo, toxicodependentes, e mulheres e jovens em risco. Foi neste contexto que se criou e implementou o programa “Saber, Pensar e Agir – SPA” com o intuito de se contribuir para autonomização dos cidadãos acompanhados pela instituição. O programa é constituído por 12 sessões, realizadas num registo bissemanal, que incluem conteúdos na área de comunicação e relações interpessoais, gestão doméstica e comportamentos de riscos/saudáveis, sendo dinamizadas com recurso a role-play, discussão em grupo e visualização de vídeos. A 1.ª edição do programa contou com 8 participantes, 7 do sexo feminino e 1 do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 23 e 43 anos, com baixa escolaridade e com antecedentes de alcoolismo, prostituição, violência doméstica, deportação e perturbações da personalidade.

Dos resultados obtidos, por intermédio de grelhas de observação previamente construídas (interesse expresso, participação nas actividades de grupo, intervenções orais, assiduidade às sessões), constatou-se que os participantes apresentavam limitações na área de comunicação e relações interpessoais ao nível da atuação própria, embora reconhecessem a importância da comunicação assertiva e da regulação emocional. A área gestão doméstica foi a que evidenciou maior impacto, tendo alertado e consciencializado os participantes para os seus gastos financeiros e prioridades a estabelecer. Por último, quando explorados os comportamentos de risco e a promoção de comportamentos saudáveis, constatou-se que grande parte dos participantes desconhecia algumas das consequências físicas e psicológicas dos primeiros. Este dado pode apontar para a importância da promoção psicoeducativa junto populações em exclusão social como forma de reforçar de laços afetivos e se potencializar atitudes de cooperação e interajuda.

Keywords: população em risco, competências sociais, gestão doméstica, comportamentos de risco, comportamentos saudáveis.

#### Abstract

The present paper presents a program “Saber, Pensar e Agir – SPA” (Know, Think and Act) focusing on developing personal and social competencies of adults excluded by the society. The phenomenon of extreme social exclusion – the rupture process of an individual with the society, has been observed in the Island of San Miguel in Azores either by economic, social or cultural factors.

Several institutions in the Azores work to improve the situation of individuals under extreme social exclusion as such as the association Novo Dia - Associação para a Inclusão Social, specialized in social inclusion (Regional social solidarity institution supported by the state). This association works with men and women excluded and includes in their population of interest: deportees, former-prisoners, homeless, drug addicts, women and youth at risk. The program “Saber, Pensar e Agir – SPA” was developed to contribute to the empowerment of individuals supported by the association. The program comprised 12 sessions held twice a week. Those sessions were focused on three areas: communication and interpersonal skills, household management, and risk and healthy behaviors. Session activities included role plays, watching videos and group discussions. The 1st implementation of the program included 8 participants, 7 women and 1 man, aged from 23 to 43 years, low-educated and with a background of alcoholism, prostitution, domestic violence, deportation and/or with personality disorder. Based on the analysis of an observation grid (manifest interest, participation in the group activities, oral participation and attendance to sessions), results showed that participants had limited communication and interpersonal skills, despite acknowledging the relevance of assertive communication and emotional regulation. The household management module has generated a great impact on participants, increasing awareness on the issue of financial spending and the definition of priorities. Finally, when exploring risk behavior and endorsing healthy behavior, most participants seemed not to be aware of the physical and psychological consequences of risk behavior. Moreover, an important aspect observed during the program refers to the strength of relationships between participants. The data point out to the importance of this kind of program for socially excluded populations, brings in order to strengthen emotional ties and enhance cooperation and self-help attitudes.