



Guia de Educação e Desenvolvimento para jovens adultos com NEE

Trabalho em equipa,
Experimentação,
Risco and Competitividade

Produção Intelectual 5



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Sobre o projeto

Título: Capacitar jovens adultos com Necessidades Educativas Especiais

Referência: 2017-1-PT01-KA204-035904

Duração: de 01-11-2017 a 31-10-2019

Ação: Parcerias Estratégicas Erasmus+ (KA204)

O projeto Erasmus+ "Capacitar jovens adultos com Necessidades Educativas Especiais" (SENpower) visa colmatar esta lacuna através da capacitação de uma percentagem significativa e mesmo crescente de jovens com Necessidades Educativas Especiais (SEN), aproximando o conceito de empreendedorismo dos jovens adultos e alunos de EFP com NEE. Por outras palavras, os jovens adultos com NEE serão capacitados com novas capacidades e competências, o que, por sua vez, terá um impacto significativo quando se trata de cidadania ativa para estes jovens.

Website: <http://www.senpower.eu>

País	Parceiro	Contacto
Cyprus	Shipcon	info@shipcon.eu.com
Spain	I-Box	ibox@iboxcreate.es
Portugal	AEVA	Ana.ribeiro@epa.edu.pt
Lithuania	VSI INOVACIJU BIURAS	info@inovacijubiuras.lt
Italy	PIATTAFORMA SUD	info@piattaformasud.it

Project partners



O apoio da Comissão Europeia à produção desta publicação não constitui um aval dos conteúdos que refletem apenas a visão dos autores e a Comissão não pode ser responsabilizada pela utilização que possa ser feita das informações nela contidas.



Content

<i>Sobre o projeto</i>	2
INTRODUÇÃO	4
MÓDULO 2: Sobre empreendedorismo	11
Empreendedorismo e jovens adultos com NEE	12
A diversidade é um valor adicional	14
Benefícios da educação para o empreendedorismo para os jovens adultos com NEE	14
MÓDULO 3: Trabalho em equipa e empreendedorismo	16
Benefícios das atividades de trabalho em equipa	16
MÓDULO 4: Experimentação/risco & empreendedorismo	20
MÓDULO 5: Jogos/exercícios relacionados com o trabalho em equipa, experimentação/risco em relação ao empreendedorismo	24

INTRODUÇÃO

A formação de apoio que sustenta o módulo 3 diz respeito a:

- Trabalho em equipa e teambuilding em empreendedorismo
- Experimentação e risco no empreendedorismo
- Jogos/exercícios relacionados com o trabalho em equipa, experimentação/risco em relação ao empreendedorismo

O manual de formação visa fornecer aos formadores, professores e jovens adultos aprendentes ferramentas e recursos para formar jovens adultos com NEE em empreendedorismo.

Este manual de formação foi desenvolvido tendo em conta:

- A pesquisa preliminar feita no âmbito do IO1
- Os resultados dos inquéritos realizados após as ações de formação já realizadas no âmbito do projeto
- Sessões que incluem discussões e sugestões após cada atividade de formação, com a participação da equipa de formação e dos parceiros do projeto.

Tal como comentado em edições anteriores das Produções Intelectuais do Senpower (aceda a www.senpower.eu), o manual visa adaptar a educação empresarial padrão aos jovens adultos com NEE, promover o contexto inclusivo para o ensino do empreendedorismo, assegurar que cada jovem aprendente com NEE tem igual acessibilidade à educação empresarial, combinar vários métodos didáticos para ensinar empreendedorismo aos jovens com NEE e ajudar os profissionais a dominar a educação empresarial e a educação para necessidades especiais.

Para tal, o presente IO5 foi concebido para abranger ou destacar as seguintes questões fundamentais:

- A importância da diversidade no trabalho em equipa. A razão pela qual a diversidade num grupo é ideal para uma boa colaboração, maior eficácia e eficiência.
- O know-how em assumir riscos e aprender a gerenciá-los. Estar ciente de que o risco é inerente ao mundo dos negócios de hoje, especialmente quando se trata de empreendedorismo.
- A importância da comunicação, seja verbal ou não verbal, dentro de uma equipa. Saber reconhecer os seus próprios pontos fortes, tanto para o indivíduo como para todo o grupo.

Com base na pesquisa prévia realizada por todos os parceiros envolvidos no projeto e nos dados obtidos nas formações C1 e C2 do Senpower, o conteúdo abordado nesta Produção Intelectual foi dividido em 5 módulos e desenvolve os seguintes materiais:

Módulo 1: Sobre mim - Orgulho de ser eu

Módulo 2: Sobre Empreendedorismo (geral)

Módulo 3: Trabalho em equipa e Empreendedorismo

Módulo 4: Experimentação/risco e empreendedorismo

Módulo 5: Jogos/exercícios relacionados com o trabalho em equipa, experimentação/risco em relação ao empreendedorismo

Para cada atividade, este manual fornecerá os recursos, instruções, metas, resultados, modificações, opções adicionais e dicas sobre como conseguir que os jovens adultos se envolvam e motivem durante as sessões.

Projeto Erasmus +

Capacitar jovens adultos com Necessidades Educativas Especiais (SENpower)

Para alcançar as questões-chave acima mencionadas, foram definidos os seguintes objetivos específicos:

1. Reforçar a diversidade enquanto fator-chave do espírito empresarial
2. Valorizar a diversidade como valor acrescentado nas equipas de trabalho
3. Consciencializar para a diversidade e oportunidades empreendedoras
4. Sensibilizar para os próprios pontos fortes e como utilizá-los de forma empreendedora
5. Reforçar as capacidades de comunicação

Os Módulos Senpower

C1

Módulo 1: Sobre mim - Orgulho de ser eu

Módulo 2: Sobre Empreendedorismo (geral)

Módulo 3: Oportunidades de empreendedorismo no ambiente de aprendizagem

Módulo 4: Oportunidades de empreendedorismo no trabalho/social

Módulo 5: Jogos/exercícios relacionados com oportunidades de empreendedorismo

C2

Módulo 1: Sobre mim - Orgulho de ser eu

Módulo 2: Sobre Empreendedorismo (geral)

Módulo 3: Tipos de Empreendedorismo

Módulo 4: Competências empresariais

Módulo 5: Jogos/exercícios relacionados com o reforço das competências empresariais

C3

Módulo 1: Sobre mim - Orgulho de ser eu

Módulo 2: Sobre Empreendedorismo (geral)

Módulo 3: Pensamento Criativo e Empreendedorismo

Módulo 4: Resolução de Problemas e Empreendedorismo

Módulo 5: Jogos/exercícios relacionados com o pensamento criativo e resolução de problemas em relação ao empreendedorismo

C4

Módulo 1: Sobre mim - Orgulho de ser eu

Módulo 2: Sobre Empreendedorismo (geral)

Módulo 3: Trabalho em equipa e Empreendedorismo

Módulo 4: Experimentação/risco & Empreendedorismo

Módulo 5: Jogos/exercícios relacionados com o trabalho em equipa, experimentação/risco em relação ao empreendedorismo

MÓDULO 1: Sobre mim - Orgulho de ser eu

Os jovens adultos com NEE estão habituados a lutar pela sua relação com a autoestima. Em particular, a questão principal pode ser a predisposição do indivíduo com uma deficiência para ser isolado e não para ser coeso dentro de um grupo, quer se trate de um grupo de aprendentes ou de um grupo de trabalho. O objetivo deste módulo é dar orientações para a construção da autoestima pessoal e tentar não ouvir o juiz interior, muitas vezes uma fonte de visões distorcidas que afetam a autoestima e a confiança.

A confiança desempenha um papel fundamental em relação a quem somos e como nos comportamos com as pessoas. Para os jovens adultos com necessidades especiais, pode ser ainda mais difícil encontrar um valor em si mesmos e na autoestima.

Quando falamos de uma deficiência, temos de ter em consideração o facto de que esta pode contribuir para criar uma separação entre o que é considerado normal e o que é realmente a realidade. Isto pode criar um fosso entre uma pessoa com necessidades especiais e o grupo que a rodeia, devido a falta de compreensão. Isto não é totalmente razoável. Todos devem ter o mesmo acesso aos princípios básicos de vida. O lado bom é que algo pode ser feito com este propósito. Uma pessoa com necessidades especiais percebe o mundo à sua maneira e isto pode causar ansiedade e frustração, assim que tenham encontrado os seus próprios limites ou não conseguirem alcançar os objetivos pretendidos. A falta de autoestima ou um sentimento de raiva pode ser causado por esta situação. Os jovens adultos que são constantemente forçados a participar ativamente num jogo com as nossas regras sentem-se desencorajados ou desenvolvem uma atitude compreensivelmente submissa e desconfiada.

A fim de evitar esta situação desagradável, é necessário treinar os jovens adultos com deficiência com um método ou linguagem adequados, para que possam entendê-lo graças às suas habilidades únicas¹.

Dicas e conselhos que um facilitador deve seguir antes da implementação das atividades junto dos jovens adultos com NEE:

- **Criar um ambiente de aprendizagem positivo.**
- **Entrevista individual com o aluno** (O que é capaz de fazer?).
- **Ouçã e conheça o aluno e ajude-o a conhecer-se a si próprio e a sentir-se valorizado** ("Todos nós temos competências").
- **Tente fazer com que o aluno se sinta seguro**, respeitado e aceite, compreendendo as suas capacidades e limitações (o que pode e não pode fazer).
- **Concentre-se nos talentos:** Como facilitador, pergunte aos jovens em que eles são realmente bons. Então, encontre uma maneira de fazer com que usem essas habilidades o máximo possível. Tocam um instrumento? Conseguem desenhar bem? Não há nada mais eficaz para um jovem adulto com necessidades especiais do que ser elogiado por outros alunos. Concentrar-se nos talentos pode encorajar a ligação entre os jovens adultos, com base em interesses comuns.
- **Não adote uma focagem competitiva nem faça comparações.**
- **Encoraje o esforço:** quando você dá uma tarefa aos seus alunos, explique-lhes que a sua dificuldade de aprendizagem pode não estar necessariamente relacionada com a deficiência, mas pode ser devido à complexidade da informação que eles recebem. Divida a tarefa em pequenos passos. Isto encorajará e

¹ <https://specialedresource.com/resource-center/5-tips-building-self-esteem-children-special-needs>

tornará mais confiantes os jovens adultos que são mais sensíveis ao seu ritmo de aprendizagem mais lento.

- **Adaptar os objetivos e o nível de dificuldade das tarefas; definir metas alcançáveis.**
- **Plano de abordagens sucessivas (moldagem):** lutar pelo autoaperfeiçoamento, pelo desejo de melhorar, pelo esforço.
- **Dar aos jovens adultos com dificuldades oportunidades de sucesso.**
- **Celebrar o sucesso:** Quando se trata de formação para jovens adultos com deficiência, é importante saber que o foco deve estar sempre nas coisas que eles são capazes de fazer. Além disso, o mais importante, ao lidar com necessidades especiais no ambiente de aprendizagem, é fazer com que compreendam que a diversidade e as dificuldades em algumas situações fazem parte da norma. Isto ajudá-los-á a descobrir os seus próprios pontos fortes.
- **Usar linguagem e expressões positivas.**
- **Manter um equilíbrio entre crítica e louvor.**
- **Apoiar nas tarefas. Dividir as tarefas em pequenos passos.**
- **Dividir responsabilidades.**
- **Ensinar os jovens adultos a ver os erros como uma oportunidade para aprender e melhorar.**
- **Não permitir que os alunos envergonhem ou ridicularizem uns aos outros.**
- **Ao avaliar, diferenciar as habilidades específicas da pessoa como um todo.**
- **Fazer entender que a escola é mais do que um simples ambiente de aprendizagem:** Tão importante como ajudar os jovens adultos com deficiência na sua escolaridade é ajudá-los a pensar que a escola não é tudo. Há um mundo fora do ambiente escolar em que o aluno pode sentir-se realizado e satisfeito. As pessoas podem ter talentos ou competências que podem não ser relevantes no ambiente escolar, mas que podem ser muito relevantes na vida quotidiana. São pontuais? Têm sempre uma boa relação com os outros? Estão sempre disponíveis para os outros?
- **Envolvê-los em atividades práticas:** Para desenvolver uma autoestima adequada, é muito importante envolver os alunos em atividades práticas. Perfeito seria combinar trabalho prático com trabalho de equipa. Isto porque auxilia os jovens adultos a ultrapassar certas dificuldades, ajudando-os uns aos outros, e dá-lhes uma sensação de pertencerem a um grupo, juntamente com uma sensação de realização.
- **Não rotular ou julgar;** dar aos jovens adultos a oportunidade de mudar.
- **Não assumir más intenções.** Tente encontrar explicações alternativas.
- **Monitorizar as relações sociais e quaisquer potenciais influências negativas.**
- **Terminar a sessão de uma maneira amigável,** apesar de qualquer problema.
- **Aceitar humor breve e apropriado,** mas cortar o humor inapropriado.
- **Usar reconhecimento e gratidão regularmente.**
- **Comunicação emocional diária;** partilhar sentimentos e emoções (criar relações próximas e familiares).

O problema da autoestima está sempre em primeiro plano quando se trata de jovens adultos com deficiência. Num ambiente de aprendizagem é comum ver os jovens divididos em pequenos grupos e não existir uma coesão perfeita dentro do ambiente escolar. Por exemplo, não pode haver um verdadeiro grupo de pares para o único jovem adulto no ambiente de aprendizagem com deficiência auditiva ou visual. A solução é gerir a situação corretamente, certificando-se de que todos os alunos se consideram e são considerados como um grupo de pares.²

² <https://www.specialeducationguide.com/>

Antes de iniciar – Reforço Positivo

Todos respondemos melhor a uma ordem positiva do que a uma negativa. Por exemplo, "Fechar a porta" é muito mais eficaz do que "Não deixar a porta aberta".

Receber uma ordem positiva de uma forma gentil reduz o aparecimento de sentimentos negativos, como agitação ou ansiedade, e torna-nos mais dispostos a respeitar a ordem que nos foi dada. É por isso que é sempre melhor dar indicações com frases positivas em vez de negativas, é uma técnica eficaz, especialmente num contexto em que estamos a ensinar e a lidar com jovens adultos com dificuldades de aprendizagem. O nosso cérebro tem uma reação emotiva aos comentários que nos fazem sentir bem, e todos gostamos disso. Um jovem adulto com necessidades especiais que recebe constantemente mensagens de encorajamento favoráveis sentir-se-á capacitado para realizar mais do que poderia ter esperado originalmente.

“O reforço positivo pode vir na forma de uma palmadinha nas costas, um pequeno abraço ou um grande sorriso enquanto você e o seu filho passam tempo juntos. Ajude-os a sentirem-se bem relativamente às suas capacidades, e celebre os seus esforços – irá rapidamente observar uma mudança na sua atitude e confiança.”³

Exercício 1.1 – Apresentando-nos

Objetivo: Quebrar o gelo, conhecer os seus pares, estabelecer um bom ambiente de aprendizagem

Descrição da atividade: Cada um dos jovens adultos faz uma breve apresentação de si mesmo para os outros. É uma forma de quebrar o gelo e conhecerem-se e, para quem quiser, partilhar histórias, experiências, paixões. Em caso de dificuldades na exposição, os jovens podem ser encorajados pelos seus colegas ao seu lado. Para garantir que a comunicação se realiza, o colega pode sugerir que utilizem não só palavras, mas também outros meios de comunicação. Por exemplo, expressões faciais e gestos ou pode apresentar-se falando das suas preferências ou gostos. (Se não pode falar sobre ele/ela, é o parceiro que lhe pergunta "do que gostas" e "do que não gostas". Alternativa, comunicar e quebrar o gelo através do uso de fotografias, imagens, símbolos, emoticons, etc.)

Duração: 20 minutos

³ <https://specialresource.com/resource-center/positive-reinforcements-child-special-needs>

Recursos: Não é necessário nenhum recurso específico. Deve apenas prestar-se atenção à gestão do espaço na sala.

Exercício 1.2 – Molda-o

Objetivo: dar capacidade expressiva a pessoas que têm pouca ou nenhuma comunicação verbal ou competências linguísticas através de uma comunicação facilitada.

A comunicação facilitada é uma ferramenta de reabilitação educacional que visa dar capacidade expressiva a pessoas que têm uma comunicação verbal e capacidades linguísticas reduzidas ou inexistentes. Também pode assegurar uma comunicação mais profunda através da expressão da própria opinião sobre alguns dos temas envolvidos.

Também serve como um exercício para:

- Ganhar autoestima
- Autonomia pessoal;
- Manutenção das habilidades psíquicas, sensoriais, motoras e manuais;
- Observação e verificação da dinâmica relacional.

Metodologia: Os jovens são divididos em grupos pelo facilitador. Para a divisão em grupos, é possível fazer também algumas subatividades, de modo a tornar este momento mais dinâmico e não o reduzir apenas a uma mera rotina. Assim que os jovens adultos tenham sido divididos em grupos, recebem o material para usar na atividade. Através deste material, o facilitador tem de decidir, também de acordo com os jovens envolvidos, se lhes dá carta branca para criarem o seu próprio trabalho ou, através de uma orientação, são guiados para a criação de algo relacionado com um tema (sonhos, sentimentos, expectativas e objetivos futuros) estabelecido no início da própria atividade.

Após a conclusão do trabalho, os jovens aprendentes podem apresentá-lo ao resto do grupo e encontrar canais de discussão com a ajuda do facilitador e dos próprios colegas.

Descrição da atividade: Os jovens adultos utilizam jornais e revistas de onde podem escolher imagens, letras, etc. para representar e expressar um sentimento, um estado de espírito, um desejo, um objetivo futuro (no que diz respeito ao empreendedorismo, podem tirar imagens de pessoas que são uma fonte de inspiração para eles).

Como você se vê? Como gostaria de se ver em vez disso? Fazer tais perguntas é importante para ter uma ideia da diferença entre as duas imagens e estabelecer as bases para alcançar o objetivo.

Alternativa: O facilitador indica um sentimento, um estado de espírito ou um objetivo. Os jovens adultos escolhem as imagens relacionadas com esta orientação. Em alternativa, é possível dar autonomia de escolha e cada participante pode selecionar um estado de espírito ou um objetivo e, sem o comunicar aos outros, prepara o seu trabalho. Em seguida, é feita uma exposição de todos os trabalhos e todos têm de adivinhar o estado de espírito ou a mensagem que cada participante quer comunicar. A atividade será concluída através

Projeto Erasmus +

Capacitar jovens adultos com Necessidades Educativas Especiais (SENpower)

do diálogo-discussão sobre os vários temas e objetivos que saíram da atividade, para garantir que serve como ponto de partida para a reflexão.

Formas diferentes de realização da atividade: A mesma atividade pode ser implementada usando materiais diferentes. É possível realizá-la através de atividades de decoupage, utilizando jornais, revistas ou diferentes tipos de imagens que são então utilizadas para revestir objetos, caixas, azulejos, etc. Outra possibilidade é o uso de argila ou gesso. Neste caso, os alunos utilizarão moldes ou formas que escolherem e depois perceberão. Uma vez que esta última é uma atividade que também envolve a secagem em frente a uma fonte de calor, os próprios jovens adultos podem ser envolvidos na preparação da própria atividade (por exemplo, podem ajudar o facilitador na escolha da forma, bem como na preparação do forno).

Duração: De acordo com a preferência dos facilitadores. A atividade pode ser realizada em conjunto, neste caso, a duração da atividade é bastante significativa, ou, como recomendado, pode ser dividida em várias partes do dia ou dias diferentes, dependendo do tempo disponível para os alunos.

Recursos: Depende do modo de operação escolhido. É possível realizar o exercício com papel, cartão, escovas, pincéis, têmpera, marcadores, cola, formas e moldes, gesso, argila, caixas ou qualquer objeto que possa ser coberto para atividades de decoupage.

MÓDULO 2: Sobre empreendedorismo

Empreendedorismo não é o que você faz mas o que você é.

Tornar-se empresário não é fácil. No entanto, podemos identificar o ponto de partida necessário para uma experiência empreendedora: a autoestima. Como discutimos no módulo anterior, a autoestima é uma característica que nem sempre é inata, na verdade, muitas vezes deve ser procurada, desenvolvida e treinada de alguma forma.

Um empresário bem sucedido não só consegue vender o produto, como também consegue vender-se a si próprio. Dito isto, é claro que a competência nesta área anda de mãos dadas com a autoestima. De facto, em muitos casos, o empresário que é capaz de se vender a si próprio sairá para além daquele que é muito competente na área, mas que não tem uma autoestima adequada em si mesmo. Não podemos dizer que a competência é secundária, mas é correto dizer que a competência certa deve ser apoiada por uma autoestima consciente.

Então, quando o negócio ganha vida, um empresário deve ser capaz de se rodear das pessoas certas, para construir a sua própria equipa. Novamente, a autoestima desempenha um papel fundamental para convencer as pessoas, que muito provavelmente não conhecem a pessoa, a juntarem-se a uma equipa. Não só isso, mas envolver a equipa e convencer os seus elementos de que a atividade em que estão a trabalhar é a correta, desenvolvendo neles um sentimento de pertença ao grupo de trabalho.

A quantidade certa de autoestima é necessária mesmo em momentos de fracasso. Às vezes, são inevitáveis e podem afetar perigosamente a autoestima que tem em si mesmo. Em qualquer caso, muitas vezes, a partir de momentos de crise, começa um caminho de crescimento. Portanto, um bom empreendedor deve ser capaz de gerir estes momentos sem afetar a sua autoestima. A autoestima não deve ser confundida com arrogância, mas é uma qualidade que deve estar bem marcada na figura do empresário e da sua equipa. Por último, mas não menos importante, as pessoas com autoestima são muitas vezes também pessoas agradáveis, com quem é estimulante e produtivo trabalhar.

Experimente:

Pergunte aos jovens: Considera ter autoestima?

Acha que se conhece bem? O que pensa de si próprio? Considera que possui alguma autoestima?

Para responder a esta série de perguntas, o jovem adulto precisa de algum tempo para refletir, para perceber que, se se conhece a si próprio, a pergunta que precisa de fazer é: "Quem sou eu?"

Como é que está ligado ao Empreendedorismo? Empreendedorismo é tudo sobre si mesmo, o empreendedor, gira mais em torno de quem a pessoa é do que o que faz. Conhecer a sua natureza e segui-la são os primeiros passos para entrar no mundo do empreendedorismo. Além disso, o aspirante a empresário precisa de construir o seu mundo em torno de quem pensa que é e não em torno de quem os outros querem que seja.

Outras perguntas que deve fazer a si mesmo se quer entrar no mundo do empreendedorismo:

Projeto Erasmus +

Capacitar jovens adultos com Necessidades Educativas Especiais (SENpower)

- *Por que eu quero começar um negócio?*
- *Estou interessado no empreendedorismo ou estou apenas atraído pelo que o rodeia (liberdade, tempo, dinheiro)?*
- *Estou disposto a aprender e adquirir o conhecimento e as habilidades necessárias para ter sucesso neste trabalho?*
- *Estou disposto a comprometer-me com isto?*

Estratégia para se tornar um empreendedor

Conforme já mencionado, entender o que somos é o primeiro passo para iniciar um negócio. Certamente o mundo do empreendedorismo é um mundo difícil e para o qual é necessário: autoestima, paixão, competência, perseverança, etc... Mas também há boas notícias em tudo isto: qualquer um pode fazê-lo!

A estratégia para se tornar um empreendedor é muito simples e pode ser dividida em três passos básicos.

- **Pesquisar**
 Todas as ideias de negócio são baseadas numa boa pesquisa. Você precisa de estar ciente do que pretende alcançar. A ideia deve ser precisa, não vaga, caso contrário, é melhor adiar tudo para tempos melhores, altura em que a ideia de negócio seja mais clara.
 O que queremos vender? A nossa ideia é uma ideia inovadora? Precisamos realmente do nosso produto ou é apenas uma ideia nova, mas sem uma verdadeira necessidade prática?
 É útil fazer determinadas perguntas antes de entrar no mundo do empreendedorismo.
- **Criar**
 A nossa criação deve ser baseada num produto ou serviço. Você não precisa ter dezenas de variações do que deseja criar. Pelo contrário, isso não seria concreto e improdutivo.
- **Vender!**
 Os empresários são principalmente pessoas capazes de vender o seu produto e de se venderem a outros, como mencionado anteriormente, de modo a relacionar-se com as pessoas certas e fazer com que os funcionários acreditem que as suas ideias são as certas.

Empreendedorismo e jovens adultos com NEE

Benefícios

Em primeiro lugar, uma educação adequada para o empreendedorismo leva o estudante a ser mais engenhoso e responsável. Graças à sua profissão, eles podem realmente mergulhar na vida real das situações quotidianas. Adquirir experiência, correr riscos, gerir o próprio trabalho e aprender com os resultados.

O empreendedorismo é uma importante fonte de emprego que pode ser uma autossuficiência económica para os jovens adultos com deficiência. Muitas vezes, as pessoas com deficiência recebem apoio técnico e financeiro adicional, que pode servir como garantia de que podem reduzir o risco associado à procura de oportunidades de autoemprego.

Educação para o empreendedorismo

É por isso que acreditamos que a educação para o empreendedorismo é fundamental para o crescimento pessoal e profissional de todos, especialmente das pessoas com deficiência. A educação para o empreendedorismo traz enormes benefícios às pessoas com qualquer tipo de deficiência ou necessidade educativa especial. Em primeiro lugar, permite ao sujeito adquirir competências organizacionais de uma forma construtiva. Estas são muito importantes porque desenvolvem na pessoa a capacidade de planear, estabelecer e reconhecer prioridades e, conseqüentemente, alcançar os seus objetivos.

Além disso, afeta os alunos, aumentando as suas capacidades de resolução de problemas e de tomada de decisão, melhorando a relação interpessoal, desenvolvendo um sentido de trabalho de equipa, aumentando a autoestima, a preparação para o trabalho e o estado de saúde.

A educação para o empreendedorismo tem certamente um grande impacto nas oportunidades de emprego para estudantes com necessidades educativas especiais. Isto deve-se ao facto de lhes garantir um primeiro contacto com o mundo profissional, através das chamadas experiências de trabalho.

O conceito de trabalho em equipa e sentir-se parte de um grupo também faz parte do universo da educação para o empreendedorismo. Os jovens adultos com deficiência podem desempenhar diferentes papéis e ter diferentes experiências em comparação com outros. Isto porque é um tipo de educação que permite desenvolver mais competências de comunicação, especialmente quando se trata de comunicar ideias e transmiti-las aos outros. Além disso, os jovens aprendem a lidar com a resolução de problemas e desenvolver o pensamento crítico, elementos fundamentais num mundo de trabalho tão competitivo como hoje em dia.

Outra ajuda importante que pode ser dada a um jovem adulto com necessidades educativas especiais é estabelecer metas. O mundo do empreendedorismo é baseado na definição de metas e no reconhecimento de prioridades. Os objetivos fazem parte da vida de todos em todas as esferas da vida: profissão, tempo livre, relações interpessoais, etc. Tudo é revisto em termos de prioridades. Saber gerir os seus objetivos é, no entanto, uma habilidade que nem todos possuem e, por isso, deve ser ensinada de alguma forma e depois treinada. Não ter objetivos bem identificados significa, na maior parte das vezes, esperar que as coisas aconteçam e muitas vezes confiar na aleatoriedade das coisas. Este nunca deve ser o caso.

Um objetivo tem de ser:

- **Específico**
Que tipo de objetivo pretende alcançar? Quanto mais detalhado e mais específico for, tendo claro na sua mente qual a direção que deve seguir, maior será a probabilidade de o alcançar.
- **Mensurável**
O objetivo tem de ser dividido em elementos mensuráveis. Por exemplo, "ser feliz" não é um objetivo mensurável, "poupar cinco euros por dia para pagar a viagem da minha vida", é.
- **Alcançável**
Fazer uma avaliação do objetivo em termos de atingibilidade. Se não houver recursos necessários ou tempo disponível para uma determinada meta, ela estará destinada ao fracasso. Isto não significa não sonhar ou tentar coisas que são difíceis de alcançar, mas, pelo contrário, significa levar em conta todos os aspetos da meta e tentar organizar tudo bem para que ela seja bem sucedida.
- **Relevante**

Esta meta é relevante para si ou para a sua equipa? O que está por trás da realização do seu objetivo? Qual foi o principal propósito que o motivou a dar os primeiros passos?

Fazer estas perguntas a si mesmo significa perguntar-se se a sua meta é ou não relevante.

- **Tempo útil**

Estipular prazos. Descreva o seu objetivo de modo a facilitar o seu cumprimento e dar a si próprio um prazo final. Tudo o que você enfrenta, quando abordado em pequenos passos, é mais estimulante e fácil de continuar. Se o seu cronograma for flexível e realista, será mais fácil, para si e/ou a sua equipa, manter o espírito e evitar desistir dele.

A diversidade é um valor adicional

Cada um de nós é diferente, cada um de nós tem a sua própria personalidade, competências, talentos. Dentro de uma equipa, a diversidade é um fator de discriminação que separa as boas equipas das melhores. Dentro de uma mesma equipa é possível trabalhar em conjunto para alcançar o mesmo objetivo. Este objetivo é visto e experimentado de forma subjetiva: cada um tem uma visão diferente, uma forma diferente de abordar as atividades. O que é simples ou trivial para um pode ser impossível para outro, e vice-versa. Precisamente por esta razão, se o grupo é um grupo heterogéneo, que aumenta a diversidade em vez de parar na homogeneidade, é um grupo vencedor.

Benefícios da educação para o empreendedorismo para os jovens adultos com NEE

A educação para o empreendedorismo dos jovens adultos com deficiência ou dificuldades de aprendizagem pode ter um impacto positivo e conduzir a vários benefícios.

Por exemplo, através da educação para o empreendedorismo, estes jovens podem aceder ao trabalho durante o ensino secundário, remunerado ou não, adquirindo assim experiência e mais confiança. Graças a isto, é mais provável que tenham um emprego competitivo do que os jovens que não participaram em tais atividades. Além disso, a educação para o empreendedorismo pode dar aos jovens adultos com necessidades educativas especiais a oportunidade de exercerem liderança e desenvolverem competências interpessoais. Estando envolvidos na conceção e lançamento de pequenas empresas ou de empresas baseadas na escola, os jovens adultos com deficiência podem experimentar diferentes papéis. Mais importante ainda, aprendem a comunicar, a partilhar as suas ideias e a influenciar os outros de forma eficaz através do desenvolvimento de capacidades de autoadvocacia e de resolução de conflitos. Têm igualmente a oportunidade de aprender a tornarem-se jogadores de equipa, adquirir competências de resolução de problemas e pensamento crítico, as quais são de extrema importância ao ingressar no mundo do trabalho. Estas competências são altamente valorizadas pelos empregadores no competitivo mercado de trabalho do século 21.

A resolução de problemas e o pensamento crítico não são as únicas competências que adquiririam através do empreendedorismo, mas teriam a oportunidade de desenvolver competências de planeamento, literacia financeira e gestão de dinheiro. A capacidade de estabelecer objetivos e de gerir tempo, dinheiro e outros recursos são competências empresariais importantes, úteis em qualquer local de trabalho, assim como a aprendizagem sobre planeamento financeiro.

Exercício 2.1 – Desenvolva as competências empreendedoras: treine as suas ideias!

Objetivo: Ajuda a desenvolver competências empreendedoras, tais como esforçar-se para desenvolver uma ideia relacionada com o negócio, para desenvolver qualidades de resolução de problemas nos jovens adultos, ao mesmo tempo que se aprende que a diversidade e heterogeneidade de um grupo é também útil para lidar com riscos e dificuldades. O que pode ser difícil para um pode ser fácil para outro. A diversidade é fundamental para lidar com qualquer obstáculo. Neste exercício destaca-se como o trabalho em equipa e a relação com diferentes personalidades, modos de pensar, culturas, é útil para encontrar a solução certa, confrontar-se e tirar o melhor partido um do outro.

Metodologia: Atividade de grupo. Os alunos também são divididos em grupos por subatividade (ver exercício 1.2). O ambiente de aprendizagem deve ser espaçoso e permitir o trabalho em grupo com uma disposição adequada da secretária.

Descrição da atividade: O facilitador dá a cada grupo uma história ou uma situação relacionada com o empreendedorismo. Os membros de cada grupo devem refletir em conjunto para prever os possíveis problemas que possam surgir e fornecer uma solução partilhada para os problemas esperados. Assim que uma solução partilhada tenha sido acordada, cada grupo escolhe um porta-voz que, depois de ser discutida com os seus pares, apresenta as soluções. Depois de expostas as suas soluções para o problema, segue-se um momento de reflexão e avaliação entre todos os alunos e o facilitador. O que fizemos de positivo? Conseguimos prever todas as dificuldades? Conseguimos resolvê-las? O que podemos fazer para melhorar?

Um exemplo útil: Todos nós já vimos, na vida ou na televisão, crianças atrás de um balcão a vender limonada no seu próprio quintal. É o que é comumente chamado de "banca de limonada". Este pode ser um exemplo de uma primeira abordagem dos jovens ao mundo do empreendedorismo. Pode ser considerado pelo menos como um bom exemplo de educação para o empreendedorismo porque, com esta atividade, os jovens estão a lidar com: trabalho em equipa, busca de uma ideia inovadora e um primeiro, ainda que mínimo, impacto no lucro e na autonomia económica.

Questões úteis: Como gerimos os custos iniciais relacionados com a compra de materiais? Como definimos o preço do nosso produto? Temos concorrentes? Como nos comportamos neste caso?

Duração: 50 minutos

Recursos: Quadro preto, papel, marcadores/canetas.

MÓDULO 3: Trabalho em equipa e empreendedorismo

Nos negócios, o trabalho eficaz em equipa é o segredo por trás do crescimento e do sucesso.

Para ser um membro efetivo da equipa, você deve desenvolver a capacidade de trabalhar bem tanto individual quanto coletivamente com colegas ou funcionários. Na verdade, o trabalho em equipa é um dos aspetos essenciais para alcançar os objetivos de uma organização.

- 1) A principal necessidade de ser um bom membro de uma equipa é ser claro sobre as metas que a equipa deve alcançar, bem como as metas individuais, para que os esforços individuais possam estar alinhados com os da equipa.
- 2) Dar feedback e aprender a aceitar críticas são outras qualidades importantes de um elemento bem sucedido da equipa. É mais fácil dizer do que fazer, isso requer treino cuidadoso e contínuo. O envolvimento e a resolução de conflitos em conjunto também desempenha um papel importante na eficácia do quadro associativo.
- 3) Como regra geral, é essencial respeitar as opiniões e crenças dos outros tanto quanto as próprias durante todas as fases do trabalho em equipa e da resolução de conflitos. A forma como uma equipa gerencia conflitos muitas vezes determina o quão bem a equipa trabalha como uma unidade coesa.

Aprender a trabalhar em equipa é uma capacidade muito importante para adquirir e possuir, especialmente quando se entra no mundo do trabalho. Num ambiente de trabalho, trabalhar com outras pessoas para alcançar um objetivo comum será a norma, uma questão diária. Aprender a trabalhar em equipa será benéfico não só para a empresa, mas também individualmente. Ser capaz de trabalhar em equipa é algo que pode ser aprendido e, felizmente, há muitas atividades e jogos que pode fazer com os seus pares e colegas para adquirir e melhorar a sua capacidade de trabalhar em equipa.

Benefícios das atividades de trabalho em equipa

- **Aumento da confiança** — A confiança nos outros elementos da equipa é um ingredient-chave e um ponto de partida para qualquer atividade, que não pode ser dispensado se quisermos completar com sucesso qualquer atividade de equipa. As pessoas que confiam nos seus colegas, tanto em caráter como em capacidade, estão mais dispostas a sair da sua zona de conforto e a perseguir um objetivo comum. Eles apoiam-se e orientam-se uns aos outros, o que significa que não têm que se preocupar com alguém constantemente, verificar ou julgar o seu trabalho, pois sabem que podem contar uns com os outros se eles estão em apuros. Pelo contrário, contam com os pontos fortes de cada um dos seus colegas e juntos constroem algo maior do que eles teriam feito por conta própria. Trata-se de se tornarem complementares.
- **Crítica construtiva** — Significa ganhar coragem e dizer a própria opinião sem temer as consequências. Isto significa ser capaz de partilhar informações livremente, mesmo quando se está errado, sem medo de ser julgado e ridicularizado. Erros podem acontecer, mas é importante aprender a entender que o erro e o fracasso são um momento como qualquer outro na vida e que eles podem ensinar-nos muito. Contar com uma equipa cujos membros o apoiam significa tirar coisas boas e positivas e soluções, mesmo a partir de erros.
- **Mais confiança, maior competitividade** — Aprender a trabalhar em equipa, realizar diferentes tarefas, mas de acordo com os seus talentos e propensões, ajudará os jovens adultos com

Projeto Erasmus +

Capacitar jovens adultos com Necessidades Educativas Especiais (SENpower)

dificuldades de aprendizagem a sentirem-se mais confiantes, valorizados e apreciados pelos outros. Isto irá ajudá-los bastante quando chegar o momento de entrarem no mundo do trabalho, irá torná-los mais flexíveis e capazes de se adaptarem ao ambiente de trabalho e de comunicarem com colegas com quem terão de lidar todos os dias.

Exercício 3.1 – O meu mundo em cores

Objetivo: Esta atividade propõe os seguintes objetivos educativos:

- Envolvimento: trabalhar em grupos de forma sinérgica para alcançar um objetivo comum;
- Aprender enquanto se diverte: brincando e comunicando com um sorriso, o talento criativo que nos leva a criar novos projetos emerge;
- Comunicação através do canal visual, auditivo, cinestésico, que envolve uma maior colaboração dos alunos. Tudo isto envolve uma avaliação da diversidade como um fator de confrontação construtiva que leva ao crescimento do assunto;
- Desenvolvimento do pensamento espacial, planeamento artístico, consciência de paciência, tempo gasto, capacidade de corrigir erros sem lutar.

Metodologia: Todos os alunos estão sentados à volta de uma mesa. O facilitador ajuda a criar um ambiente positivo, descontraído e sem julgamentos. O facilitador dá-lhes kits de mosaico, cola de vinil, pincéis. Cada participante pode escolher os materiais que prefere para desenvolver a atividade.

Trabalhar em conjunto à volta de uma mesa, realizando diferentes tarefas com vários recursos e materiais, encoraja a curiosidade, a troca positiva de opiniões, o diálogo, a partilha de opiniões e permite-lhes expressar livremente através de formas diferentes e não formais de comunicação.

Duração: 50 – 55 minutos.

Recursos: Kits de mosaico, cola de vinil, escovas.

Exercício 3.2 – Desenho colaborativo

Objetivo: Trabalho de equipa de acolhimento. Aprender sobre diferentes maneiras de pensar e organizar através da interação com colegas num ambiente seguro, aprender a ouvir e respeitar outras ideias ou pontos de vista. A atividade de desenho colaborativo é sobre a comunicação de ideias através de formas alternativas de comunicação e construção de um senso de confiança entre pares e um respeito mútuo dos outros. O objetivo desta atividade é incentivar os alunos a partilhar as suas ideias sem medo de ser julgado ou rir, para estimular a sua criatividade e melhorar a sua capacidade de pensamento crítico. Além disso, existe o objetivo de comunicar algo relacionado com uma área de foco (escolhida pelo facilitador), por exemplo, o empreendedorismo.

Projeto Erasmus +

Capacitar jovens adultos com Necessidades Educativas Especiais (SENpower)

Descrição da atividade: o facilitador coloca marcadores na mesa. Dá a cada jovem adulto um pedaço de papel comum com um tópico relacionado com as áreas de foco das atividades (ex. "trabalho em equipa", "espírito de comunidade", "empreendedorismo", e assim por diante).

O facilitador explica que estão prestes a participar numa atividade cronometrada. Quando a atividade começar, cada jovem adulto começará a atividade usando formas, cores, símbolos, imagens, palavras para abordar a área temática.

Depois de algum tempo, definido pelo facilitador, anuncia que é hora de "trocar" artistas, e os jovens adultos passarão os seus desenhos para a pessoa à sua direita, até que, idealmente, cada parceiro tenha desenhado em cada folha pelo menos uma vez. Esta deve ser uma atividade a realizar em silêncio, se possível, para que se possam concentrar na comunicação através da arte. Durante a atividade, se os jovens fizerem perguntas sobre a técnica, o facilitador deve responder que qualquer técnica é perfeita e que são livres de fazer o que quiserem. Se os participantes disserem que não sabem desenhar, peça-lhes para tentarem participar usando linhas, formas e cores. Diga-lhes que não têm que provar que têm talento artístico e habilidade, e que não é uma competição, mas um teste de traços relacionados com conhecerem-se uns aos outros, trabalhem juntos e planearem um projeto.

Resultado: Quando o tempo acaba, devem parar de desenhar e pede-se aos membros do grupo que comuniquem verbalmente com o grupo grande sobre o desenho que fizeram. Os jovens adultos fazem-no segurando o trabalho artístico e explicando o conceito por trás do desenho e a forma como se relaciona com a área temática designada (empreendedorismo na nossa situação específica). À medida que cada orador fala sobre o desenho ao grupo maior, vão expondo os seus desenhos na parede ou numa mesa. A discussão e a reflexão podem ter lugar ao longo da atividade, uma vez que a observação do trabalho artístico dos outros pode estimular ideias para os elementos do grupo. Mantenha o flipchart ou um caderno à mão, de modo a manter uma lista das ideias dos alunos para o seu projeto de serviço comunitário.

Duração: 30 Minutos – 1 hora

Recursos: Dispositivo de cronometragem para o facilitador, marcadores, papel

Exercício 3.3 – Quatro cantos

Objetivo: O objetivo desta atividade é servir como uma atividade de quebra-gelo para os jovens adultos trabalharem em grupo. Além disso, estes são levados a apreciar diferentes mentalidades. A tarefa é ir e manter a palavra a que mais utiliza.

Metodologia: Discussão em equipas

Descrição da atividade: Para organizar a atividade, são necessários quatro cartazes ou flipcharts com uma das seguintes palavras escritas (ou qualquer palavra adequada ao tópico da sua atividade).

- ESTRUTURA
- RELAÇÕES

Projeto Erasmus +

Capacitar jovens adultos com Necessidades Educativas Especiais (SENpower)

- SIGNIFICADO
- AÇÃO

O/a formador/a ou facilitador/a pede aos jovens adultos que se posicionem perto da palavra com que mais se identificam. Depois da palavra ter sido escolhida por cada participante, o facilitador pede que cada grupo discuta a palavra escolhida e como esta se relaciona com a forma como eles preferem trabalhar. Depois de lhes dar tempo para discutir, é bom perguntar a cada elemento do grupo o resultado da discussão.

Pontos de reflexão: Os quatro grupos que foram formados não o foram por acaso, mas cada grupo é composto por alunos que têm em comum a palavra que os identifica mais entre os quatro. Para algumas pessoas, por exemplo, a ordem e a precisão são cruciais, tanto no seu ambiente profissional como na sua vida quotidiana. Outras, pelo contrário, consideram mais importante ser capaz de manter relacionamentos e relações interpessoais, e assim por diante. Essas áreas macro conceituais certamente que se refletem no nosso quotidiano e nas nossas personalidades. É por isso que cada um de nós tem uma visão de mundo diferente, com matizes diferentes e é também o que torna possível a coesão entre pessoas diferentes.

As quatro palavras podem estimular uma discussão útil sobre as diferentes maneiras pelas quais as pessoas abordam o trabalho, o empreendedorismo, mas também sobre a maneira como elas simplesmente raciocinam. Como atividade de reflexão, podem ser feitas algumas das seguintes perguntas:

- Alguém ficou surpreendido com as preferências expressas pelos outros grupos?
- Com qual grupo o seu grupo trabalharia melhor e porquê?
- Qual é o grupo com o qual acha mais desafiador trabalhar e porquê?
- O que o levou a escolher a sua palavra?
- De que forma essa escolha reflete a maneira como trabalha ou lida com os outros?
- Que perguntas gostaria de fazer aos outros grupos para o ajudar melhor?

As pessoas são diferentes, de maneiras que não podemos explicar ou prever, porque é quem elas são. Cada uma das nossas mentes funciona de forma diferente. Ao tentar descobrir de onde vem a outra pessoa, é mais fácil não levar as nossas diferenças tão pessoalmente. A diversidade é uma característica que nos define e enriquece e tem um impacto fundamental em qualquer grupo, do trabalho ao lar.

Alternativa: O tópico do workshop pode ser ajustado alterando as quatro palavras. Pode também usar isso como um quebra-gelo, colocando palavras/frases engraçadas ou interessantes nos cartazes ⁴.

⁴ Adaptado de: Snow, Harrison. 1997. *Indoor/Outdoor Team-building Games for Trainers: Powerful Activities from the World of Adventure-Based Team-Building and Ropes Courses*. McGraw-Hill: New York.

MÓDULO 4: Experimentação/risco & empreendedorismo

Correr riscos é algo assustador de fazer, pelo que a maioria das pessoas prefere ficar nas suas próprias zonas de conforto e não se atrevem a corrê-los. Se considerarmos o fator de risco no mundo do trabalho, certamente que as pessoas de sucesso, que conseguiram realizar os seus sonhos, assumiram riscos durante a sua carreira profissional. Os jovens empresários, em especial, podem ter medo de correr riscos. Deve-se lembrar, no entanto, que viver com risco é parte do jogo. Para ser um empreendedor é propedêutico assumir pequenos riscos, investir dinheiro, promover uma nova ideia que outros não tinham pensado ou não acreditam, na escolha de funcionários, etc.

Não é fácil separar os riscos que valem a pena assumir dos que temos de deixar ir. Certamente, há mais riscos calculados do que outros, ou riscos que dão menos espaço ao acaso, à incerteza. É impossível ter controlo sobre todas as situações, mas podemos certamente baixar o limiar da aleatoriedade tanto quanto possível.

Por conseguinte, o empresário deve poder viver não só com o risco, mas também com o fracasso. Obviamente, nenhuma empresa tem 100% de sucesso. A diferença reside em considerar o fracasso como uma situação plausível e em aceitá-lo. Grandes fracassos são a base para um grande sucesso. Isto pode ser visto tanto no local de trabalho como no domínio da arte ou do desporto, por exemplo, onde a segunda oportunidade e o aumento após uma queda grave são muitas vezes um estímulo, não um obstáculo.

Como vimos, existem riscos de natureza diversa, alguns têm mais potencial, outros menos, outros mais arriscados do que outros, mas existe um denominador comum: o risco diferencia-nos. Agir fora dos limites do empreendedorismo faz toda a diferença e é o caminho que traz a maior oportunidade de sucesso.

Em conclusão, assumir os próprios riscos, mesmo que de forma responsável, e considerar o fracasso como inerente ao negócio de hoje é a mentalidade apropriada que aqueles que estão prestes a realizar certas atividades devem ter.

Exercício 4.1 – Abordar e superar o medo e o risco

Com esta atividade, o facilitador tenta praticar um exercício para gerir o medo.

O primeiro passo para superar um medo é reconhecê-lo. Admitir que se tem medo de algo é a base para superar esse medo.

Então, é necessário pensar sobre os nossos sentimentos e quando estamos no controlo desse medo. Desta forma, o medo é quebrado, visto pelo que ele realmente é, ao invés de ser percebido como um medo generalizado. Quando podemos entender o que são os nossos medos e o que realmente sentimos, estamos a caminho de os superar. Quando são capazes de ultrapassar o medo, podem estar mais preparados para aceitar os riscos, uma qualidade-chave de um empresário de sucesso.

Metodologia:

O facilitador orienta os jovens adultos através de um processo de autorreflexão. O facilitador ajuda-os nesta atividade, guiando-os passo a passo.

Ele/ela diz:

- Respire fundo. Pense no seu poder pessoal. Saiba que está num lugar seguro.

Projeto Erasmus +

Capacitar jovens adultos com Necessidades Educativas Especiais (SENpower)

- Pense nos seus medos. O que é que o faz ter mais medo e que sentimentos tem quando pensa nas coisas que o assustam?
- Quais são os medos dos quais acha que não se consegue livrar? Não se sentir aceite, não se sentir realizado, etc.
- Qual é a primeira imagem ou pensamento que vem à mente quando pensa sobre o seu medo? Consegue tentar obter algo positivo deste pensamento? Tente dar-lhe um nome novo!
- Por exemplo, "o meu chefe só grita comigo". É uma coisa boa que o chefe tenha o cuidado de me dizer quais são as suas reais intenções. Ele poderia ter-me demitido.
- Repita o processo. Pense mais uma vez na sua declaração positiva. Se realmente não acredita nisso, refaça a sua afirmação para que acredite efetivamente nela, certificando-se de que continua positiva.
- Escreva ou simplesmente diga para si mesmo o próximo obstáculo ou pensamentos negativos que surgem.
- Diga a sua afirmação positiva mais uma vez de uma maneira mais convincente.
- Repita-a cinco vezes. Todo o pensamento negativo que vier à mente será contrastado pela refração num pensamento negativo. É como se os pensamentos negativos fossem múltiplas camadas que, uma por uma, precisam de ser removidas. É apenas um processo pelo qual todos os jovens adultos precisam de passar para experimentar o exercício.

Dê aos participantes vários minutos para terminarem este processo. Peça-lhes que escrevam ou partilhem com o grupo a sua declaração final. Peça-lhes que reflitam sobre as emoções que estão a sentir.

Se houver vários jovens adultos, compartilhe as suas afirmações com o grupo e converse com eles como se sentiram sobre este processo.

Os medos e as crenças limitadoras estão muitas vezes relacionados com os papéis sociais que as pessoas adoptam. Muitos medos estão relacionados com as expectativas da sociedade associadas a esses papéis e talvez não correspondam a estas expectativas. Todos desempenham muitos papéis ao longo das suas vidas. Em vez de nos focarmos no que deveríamos fazer ou no que se espera de nós, é importante focarmos no que queremos para a nossa vida, o nosso objetivo e visão.

Exercício 4.2 – Jogo de tomada de riscos

Objetivo: Observar o comportamento de risco dos alunos e discutir as características e tendências pessoais relativas à assunção de riscos e ao empreendedorismo.

Recursos: Um balde do lixo ou similar, três bolas (de ténis) para jogar, fita métrica, giz, flipchart.

Descrição da atividade: O facilitador prepara a sala, coloca o balde do lixo na sala, e, a um metro de distância da lixeira, coloca uma marca de giz com o número 1 escrito nele. A dois metros de distância, coloca outra marca de giz com o número 2, a três metros outra com o número três e assim por diante, de acordo com a dimensão do local onde a atividade é realizada.

Depois de montar o espaço, o facilitador prepara o flipchart e coloca o modelo da folha de pontuação. Não precisa mencionar que se trata de uma atividade de tomada de risco.

Projeto Erasmus +

Capacitar jovens adultos com Necessidades Educativas Especiais (SENpower)

O facilitador explica o jogo: "Você estão prestes a participar numa competição de arremesso de bola onde podem ganhar ou perder. Cada um de vocês terá a possibilidade de jogar uma bola no balde. Cada participante terá três tentativas.

Ronda 1: atirar a bola sozinha

Peça aos alunos para saírem da sala. Em seguida, convide-os a entrar um a um para fazer as suas tentativas com a bola (os outros alunos não estão na sala, por isso a pessoa envolvida não sentirá a pressão da presença dos outros, medo de julgamento ou qualquer outro tipo de pressão). Antes de começar, o aluno indica a distância de onde quer fazer as tentativas. O aluno deve também indicar o número de tentativas bem sucedidas que ele espera obter.

Os resultados têm de ser registados no flipchart ou numa folha de papel (resultados não visíveis para os outros participantes).

Nome	Distância escolhida			Resultado		
	Tentativa 1	Tentativa 2	Tentativa 3	Tentativa 1	Tentativa 2	Tentativa 3
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						

Ronda 2: Atirar a bola com outros colegas a assistir

Com todos os jovens adultos na sala, repita o exercício. Cada jovem faz uma tentativa, enquanto os restantes alunos assistem. Tal como na rodada anterior, cada participante escolhe a distância que deseja para as tentativas. Os resultados devem ser registados.

Nome do participante	Distância escolhida	Resultado
1.		
2.		
3.		
4.		

Ronda 3: Competição

Nesta ronda os jogadores podem ganhar prémios, eles terão uma oportunidade para tentar. O facilitador dá a cada participante 3 prémios (simbólicos). Para fazer a tentativa, o jogador tem de pagar fazendo girar os 3 prémios. Ou, se o jogador não quiser competir, pode ficar com os doces. Se o jogador lançar a bola e não conseguir, perderá os prémios. Se o jogador tiver sucesso será recompensado com os mesmos. Quanto mais longe do balde, maiores serão os prémios.

Distância	Custo	Prémio
1.		
2.		
3.		

Projeto Erasmus +

Capacitar jovens adultos com Necessidades Educativas Especiais (SENpower)

O facilitador convida aqueles que querem participar, enquanto os restantes observam, e regista a pontuação como na rodada 2. Cada participante tem que pagar antes do lançamento e, em caso de sucesso, deve ser premiado.

Após o exercício: Tempo de discussão

- Qual era a ronda que preferiste?
- Porquê e como escolheste as distâncias?
- Sentiste a pressão dos colegas que te observavam na segunda ronda?
- Por que é que alguns dos participantes decidiram não atirar a bola de longas distâncias?
- Por que é que alguns dos participantes decidiram não participar na terceira ronda?
- Qual foi a diferença entre a fase 3 e as fases 1 e 2?
- Sentiste-te mais à vontade para correr riscos na rona 3 depois das duas primeiras?
- Durante a ronda 3, a possível recompensa valeu o risco?

Resultados: Por que é que esta atividade está ligada ao empreendedorismo? Um empreendedor tem a capacidade de avaliar a situação, as oportunidades, os riscos e os benefícios e depois decide se algo vale ou não a pena fazer.

Grande parte do sucesso de um empreendedor tem a ver com a sua capacidade de assumir riscos moderados e calculados. Assumir riscos faz parte da vida e do negócio, não há hipótese de o evitar, por isso é melhor aprender a assumi-los com sabedoria.

Quando os empresários assumem riscos, descobrem cada vez mais sobre as suas capacidades e personalidade, tornam-se mais conscientes de si próprios e capazes de controlar o seu próprio futuro. Ao assumir riscos, as pessoas aprendem a acreditar nas suas próprias capacidades e aceitar os riscos como desafios, como formas de melhorar, os desafios exigem os seus melhores esforços para alcançar os objetivos.

Bons empreendedores são sábios tomadores de risco, ou seja, eles assumem riscos depois de considerarem e calcularem a probabilidade de sucesso ou fracasso. Evitam situações de alto risco porque querem ter sucesso.

Duração: 60 minutos

MÓDULO 5: Jogos/exercícios relacionados com o trabalho em equipa, experimentação/risco em relação ao empreendedorismo

Exercício 5.1 – Modelagem com Role Play

Objetivo: A modelagem é um dos principais conceitos da programação neurolinguística (PNL), de facto, é a verdadeira base da mesma. Modelar estratégias de pensamentos e comportamentos de pessoas "bem sucedidas" para alcançar resultados na vida. O conceito básico é o seguinte: modelar o pensamento de pessoas que são excelentes para nós, depois tornar nossos esses padrões de pensamento, observando outros que já alcançaram e vivem os resultados que gostaríamos de alcançar e fazer nossos, dando uma engrenagem extra à nossa mente, uma direção que pode facilitar a realização de objetivos pessoais. "Modelagem" significa aprender direta ou indiretamente o comportamento, atitudes e mentalidade das pessoas que são uma fonte de inspiração para nós. Significa copiar a atitude, pensamentos, crenças, perguntas, fisiologia daqueles que têm o que os outros querem alcançar. É possível moldar uma atividade desportiva, um desempenho no trabalho, um estado emocional. A modelação não é uma identificação no papel dos outros, uma imitação final por si só, que pode ser contraproducente em si mesma, mas, pelo contrário, é tentar tornar nosso aquilo que nos pode ser útil.

Exemplo: Considere o caso de uma criança. Geralmente 99% das crianças imitam, aprendem, copiam o que os pais e as pessoas à sua volta fazem, incluindo ações e comportamentos. Esta é uma forma inconsciente ou indireta de aprender com os outros, porque, por parte da criança, não há consciência e racionalidade na escolha do comportamento a imitar, os pais são simplesmente "exemplos a seguir" e é por isso que as crianças são verdadeiras esponjas capazes de absorver qualquer coisa nos primeiros anos de desenvolvimento.

Metodologia: No nosso caso, o facilitador passa tempo com os jovens adultos para se certificar de que eles escolhem uma personagem que apreciam. Se não for tão imediato, todos os jovens se podem ajudar, através de discussões ou perguntas, a encontrar o seu ponto de referência pessoal para o exercício. Uma vez encontrada uma figura de referência, os/as jovens procuram, com a ajuda do/a formador/a ou facilitador/a, material em vídeo referente às figuras previamente identificadas. Depois de ter recolhido todo o material e de o ter observado atentamente (ainda que mais do que uma vez), cada aluno tentará modelar o seu caráter de referência, tentando fazer alguma marca distintiva do orador, tais como: o tom de voz, o olhar, a forma de se mover, o ritmo, etc. Mesmo que apenas endossando uma única característica, o jovem adulto deve identificar-se com uma pessoa, que é bem sucedida para si. Isto ajuda-o a ter segurança e autoestima. Este exercício é melhor se repetido várias vezes, também porque, sendo um exercício oral, pode ser dificultado pela timidez inicial.

Duração: 40 minutos

Recursos: Ligação à Internet, um computador e um ecrã necessários para a reprodução de vídeo.

Exercício 5.2 – Egg drop

Objetivo: O objetivo deste exercício é promover o espírito de equipa.

Metodologia: A tarefa é criar em conjunto uma ferramenta que permita que um ovo caia com segurança de uma altura específica.

Descrição da atividade: O(s) facilitador(es) divide(m) o grupo em subequipas com um mínimo de 4 elementos cada.

Os elementos da equipa devem pensar, em conjunto, e projetar uma ferramenta ou dispositivo de proteção que proteja o ovo, que permita que o mesmo caia ao chão, de uma altura específica, sem quebrar. Antes da demonstração prática do exercício, cada equipa fará uma apresentação de marketing onde explicará a conceção e o funcionamento do dispositivo de proteção aos outros grupos. Cada equipa trabalhará sozinha e separada enquanto cria os dispositivos e terá a possibilidade de discutir, criticar (construtivamente) e dar conselhos após o final de cada apresentação.

Como preparar a actividade:

- A zona de largada é uma área delimitada e marcada, claramente visível para todos.
- A altura da zona de largada é especificada pelo facilitador.
- Cada equipa faz a sua apresentação, depois, outros elementos dos restantes grupos podem intervir e, de seguida, a equipa deixa cair o seu ovo.
- Os outros grupos dão o seu voto ao desenho mais inovador e bem sucedido.
- Tempo – 40 minutos.
- Palhinhas, fita adesiva, ovos crus

Discussão: Esta atividade dá aos elementos da equipa a oportunidade de se divertirem a trabalhar juntos num pequeno grupo. Observe o impacto da competição versus colaboração na tarefa⁵.

⁵ Adaptado de: Snow, Harrison. 1997. *Indoor/Outdoor Team-building Games for Trainers: Powerful Activities from the World of Adventure-Based Team-Building and Ropes Courses*. McGraw-Hill: New York.