



BETTER MENTAL WELLBEING FOR THE REFUGEES IN THEIR NEW FUTURE

2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

NEWFUTURE - MELHORAR O BEM-ESTAR MENTAL DOS MIGRANTES

11 A 15 DE NOVEMBRO 2024

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LEIRIA



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

2023-1-DE02-KA220-VET-000157237



Recurso para formadores Metodologia do Manual

Desenvolvido por



Cofinanciado pela
União Europeia

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



Formação para profissionais do ensino e formação profissional - Manual -

Desenvolvido por

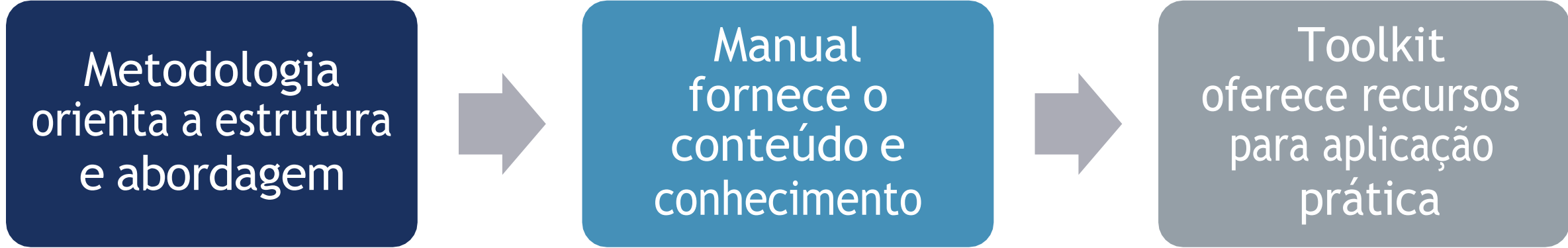


Recursos para formadores

Desenvolvido por



Metodologia do manual	Manual de formação	Kit de Formação (Toolkit)
▪ Base estrutural e teórica ▪ Define a abordagem pedagógica	▪ Conteúdo detalhado dos módulos ▪ Fundamentação teórica e prática	▪ Ferramentas práticas e exercícios ▪ Materiais para implementação





O quê?

- Documento orientador que estabelece a estrutura e abordagem pedagógica do programa de formação
- Base teórica e metodológica para todo o projeto NewFuture

Porquê?

- Assegura consistência e qualidade na implementação do programa
- Fornece uma visão geral clara dos objetivos e resultados esperados
- Permite adaptação flexível a diferentes contextos e necessidades

Como?

- Define a estrutura dos 10 módulos de formação
- Estabelece princípios pedagógicos e métodos de ensino
- Orienta a avaliação e certificação dos participantes
- Fornece diretrizes para a adaptação do conteúdo a diferentes grupos-alvo

O quê?

- Recurso abrangente com conteúdo detalhado para cada módulo de formação
- Fonte principal de conhecimento teórico e prático para formadores

Porquê?

- Garante que todos os formadores tenham acesso ao mesmo nível de informação
- Proporciona uma base sólida para a compreensão dos desafios enfrentados pelos migrantes
- Facilita a preparação e condução das sessões de formação

Formação para profissionais
do ensino e formação
profissional
- Manual -

Desenvolvido por



Como?

- Apresenta informações detalhadas sobre trauma, resiliência, competência cultural, etc.
- Inclui estudos de caso e exemplos práticos
- Fornece orientações para discussões em grupo e atividades interativas
- Oferece recursos adicionais e referências para aprofundamento dos temas

O quê?

- Conjunto de ferramentas práticas, exercícios e materiais para implementação da formação
- Complemento prático ao Manual de Formação

Porquê?

- Facilita a aplicação prática dos conhecimentos teóricos
- Promove o envolvimento ativo dos participantes na formação
- Permite uma experiência de aprendizagem mais interativa e envolvente

Como?

- Fornece exercícios específicos para cada módulo
- Inclui materiais como fichas de trabalho, questionários e jogos de role-play
- Oferece apresentações e vídeos animados para apoiar a visualização dos conteúdos
- Propõe atividades de grupo e individuais para reforçar a aprendizagem
- Disponibiliza modelos e guiões para facilitar a implementação das sessões de formação

Recursos para formadores

Desenvolvido por





2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

2.2 Estrutura dos módulos de formação

Módulo 1: Compreender o trauma e a resiliência dos formandos migrantes	- Duração: 4 horas - Parceiro responsável: Mindshift - Resultados de aprendizagem: compreender o impacto do trauma, reconhecer sinais de trauma, compreender fatores de resiliência, desenvolver empatia pelos sobreviventes de trauma
Módulo 2: Competência cultural e sensível em termos culturais	- Duração: 4 horas - Parceiro responsável: Gewerkstatt - Resultados de aprendizagem: aumentar a consciência e sensibilidade cultural, compreender as influências culturais na saúde mental, desenvolver aptidões de comunicação intercultural
Módulo 3: Compreender a experiência dos migrantes	- Duração: 4 horas - Parceiro responsável: Gewerkstatt - Resultados de aprendizagem: explorar os desafios enfrentados pelos migrantes, abordar o stress da deslocação e da aculturação, promover a empatia pelas experiências dos migrantes
Módulo 4: Primeiros socorros psicológicos	- Duração: 4 horas - Parceiro responsável: Gewerkstatt - Resultados de aprendizagem: compreender os princípios da prestação de apoio psicológico imediato em situações de crise, promover a saúde mental durante as emergências, desenvolver estratégias para gerir o stress
Módulo 5: Cuidados informados sobre trauma e técnicas de formação	- Duração: 4 horas - Parceiro responsável: RCF - Resultados de aprendizagem: implementar práticas de formação informadas sobre trauma, criar um ambiente de aprendizagem sensível ao trauma, aplicar abordagens cognitivo-comportamentais, apoiar os migrantes de acordo com os seus objetivos
Módulo 6: Integração e inclusão social dos migrantes nas sessões de formação	- Duração: 4 horas - Parceiro responsável: BEST - Resultados de aprendizagem: promover a integração social e a inclusão de migrantes, apoiar os migrantes na construção de ligações comunitárias, promover um ambiente de apoio
Módulo 7: Intervenções de base comunitária	- Duração: 4 horas - Parceiro responsável: Mindshift - Resultados de aprendizagem: explorar o papel do apoio da comunidade no bem-estar mental, envolver os recursos da comunidade no apoio à saúde mental, promover a colaboração entre os profissionais de EFP e as organizações comunitárias



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

Módulo 8: Autocuidado para profissionais	- Duração: 4 horas - Parceiro responsável: BEST - Resultados de aprendizagem: desenvolver estratégias de autocuidado, prevenir o esgotamento e a fadiga de compaixão, melhorar o bem-estar pessoal e profissional
Módulo 9: Considerações legais e éticas	- Duração: 4 horas - Parceiro responsável: RCF - Resultados de aprendizagem: compreender as responsabilidades legais e éticas relacionadas com o apoio à saúde mental, cumprir as normas profissionais, proteger os direitos dos migrantes
Módulo 10: Encaminhamento para profissionais de saúde	- Duração: 4 horas - Parceiro responsável: todos os parceiros - Resultados de aprendizagem: identificar quando encaminhar os migrantes para profissionais de saúde certificados, colaborar com especialistas em saúde mental, desenvolver diretrizes de encaminhamento culturalmente sensíveis
Sessões de <i>feedback</i> e de síntese	- Duração: 2 horas - Atividade: refletir sobre as experiências de formação, consolidar a aprendizagem, discutir estratégias de implementação e recolher <i>feedback</i> para melhorias futuras

Duração total	42 horas
Módulos de formação	10
Duração de cada módulo	4 horas
Feedback geral e sessões de resumo	2 horas



BETTER MENTAL WELLBEING FOR THE REFUGEES IN THEIR NEW FUTURE
2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

MÓDULO 1 COMPREENDER O TRAUMA E A RESILIÊNCIA DOS FORMANDOS MIGRANTES



Co-funded by
the European Union

This project was funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained herein.

Módulo 1 - Compreender o trauma e a resiliência dos formandos migrantes

Objetivos de aprendizagem:

- Definir o que é o trauma do refugiado e identificar as suas várias causas e fatores desencadeantes
- Identificar as consequências psicológicas do trauma dos refugiados
- Compreender o conceito de resiliência e a forma como os refugiados lidam com os seus traumas
- Adquirir estratégias e técnicas práticas para reforçar a resiliência dos refugiados

Tópicos/conteúdos:

- Compreender o trauma dos refugiados, as suas causas e fatores desencadeantes
- Como é que os refugiados lidam com as suas experiências difíceis? - Introduzir a resiliência
- Estratégias e técnicas fundamentais para reforçar a capacidade de resistência dos refugiados



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

Atividade 1#: Compreender o trauma dos migrantes e as suas causas

Objetivo: definir o que é o trauma dos migrantes e identificar as suas várias causas e fatores desencadeantes.

Descrição: esta atividade visa proporcionar aos profissionais de EFP uma compreensão abrangente do trauma dos migrantes, incluindo a sua definição, causas e fatores desencadeantes. Centra-se particularmente em aprofundar os seus conhecimentos e permitir-lhes reconhecer as complexidades do trauma vivido pelos migrantes.

Etapas:

1. Apresentação sobre o trauma dos migrantes
2. Análise de estudos de caso de diferentes traumas de migrantes
3. Debate e reflexão em grupo

Módulo 1 - Compreender o trauma e a resiliência dos formandos migrantes

Objetivos de aprendizagem:

- Definir o que é o trauma do refugiado e identificar as suas várias causas e fatores desencadeantes
- Identificar as consequências psicológicas do trauma dos refugiados
- Compreender o conceito de resiliência e a forma como os refugiados lidam com os seus traumas
- Adquirir estratégias e técnicas práticas para reforçar a resiliência dos refugiados

Tópicos/conteúdos:

- Compreender o trauma dos refugiados, as suas causas e fatores desencadeantes
- Como é que os refugiados lidam com as suas experiências difíceis? - Introduzir a resiliência
- Estratégias e técnicas fundamentais para reforçar a capacidade de resistência dos refugiados



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

Atividade 2#: Apoiar a resiliência e os mecanismos de sobrevivência dos migrantes

Objetivo: compreender o conceito de resiliência e a forma como os migrantes lidam com os seus traumas.

Descrição: esta atividade visa dotar os profissionais de EFP de uma compreensão abrangente da resiliência e dos mecanismos de sobrevivência utilizados pelos migrantes. Centra-se particularmente na aquisição de estratégias práticas, para apoiar a resiliência e a recuperação, no seu trabalho com os migrantes.

Etapas:

1. Convite a peritos com experiência em migração
2. Construção de cenários de representação, para uma escuta ativa e uma resposta empática
3. Realização de mini-projeto artístico de grupo de uma peça de arte coletiva sobre resiliência e recuperação

Módulo 1 - Compreender o trauma e a resiliência dos formandos migrantes

Objetivos de aprendizagem:

- Definir o que é o trauma do refugiado e identificar as suas várias causas e fatores desencadeantes
- Identificar as consequências psicológicas do trauma dos refugiados
- Compreender o conceito de resiliência e a forma como os refugiados lidam com os seus traumas
- Adquirir estratégias e técnicas práticas para reforçar a resiliência dos refugiados

Tópicos/conteúdos:

- Compreender o trauma dos refugiados, as suas causas e fatores desencadeantes
- Como é que os refugiados lidam com as suas experiências difíceis? - Introduzir a resiliência
- Estratégias e técnicas fundamentais para reforçar a capacidade de resistência dos refugiados



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

Atividade 3#: Definir estratégias e técnicas práticas para reforçar a resiliência

Objetivo: promover o bem-estar mental dos migrantes num contexto de EFP, desenvolvendo e implementando estratégias e técnicas práticas para reforçar a sua capacidade de resistência ao trauma.

Descrição: esta atividade visa equipar os formadores, de forma a reforçar a resiliência entre os migrantes. Centra-se particularmente no desenvolvimento e implementação de estratégias e técnicas práticas, para promover o bem-estar dos migrantes em contextos de EFP.

Etapas:

1. Debate em grupo sobre estratégias de resiliência em contextos de EFP
2. Atividades de narração de histórias para expressar experiências de forma criativa
3. Criação de planos de ação personalizados



NEW FUTURE

BETTER MENTAL WELLBEING FOR THE REFUGEES IN THEIR NEW FUTURE
2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

MÓDULO 2 COMPETÊNCIA CULTURAL E SENSÍVEL EM TERMOS CULTURAIS



Co-funded by
the European Union

This project was funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained herein.

Módulo 2 - Competência cultural e sensível em termos culturais

O módulo 2 centra-se no reforço da sensibilidade e competência culturais em contextos educativos que incluem populações de refugiados. Equipa os profissionais do ensino e formação profissional (professores, formadores ou instrutores, criadores de currículos, gestores de formação, conselheiros ou orientadores de carreira, pedagogos sociais, assistentes sociais, facilitadores, profissionais de avaliação e certificação, pessoal de apoio técnico, consultores da indústria, tecnólogos de aprendizagem, pessoal administrativo) com competências essenciais para apoiar e compreender eficazmente os diversos contextos culturais dos estudantes refugiados.

Objetivos:

- Melhorar a consciencialização e a sensibilidade cultural no trabalho com populações de refugiados.
- Compreender a influência da cultura no bem-estar e na saúde mental.

Atividade 1#: Comunicação Intercultural

Objetivo: ajudar os profissionais de EFP a melhorar a forma como falam e ouvem, em contextos com pessoas de diferentes origens culturais.

Descrição: esta atividade centra-se na compreensão e na prática de estilos de comunicação, que são comuns em várias culturas. Os participantes aprenderão sobre a comunicação de alto e baixo contexto e experimentarão estes estilos, através de exercícios de representação de papéis. O objetivo é ajudá-los a comunicar mais eficazmente com os participantes migrantes, que podem ter diferentes formas de partilhar e interpretar a informação.

Etapas:

1. Compreensão dos estilos de comunicação
2. Representação de diferentes cenários
3. Debate em grupo e perguntas de reflexão

Módulo 2 - Competência cultural e sensível em termos culturais

O módulo 2 centra-se no reforço da sensibilidade e competência culturais em contextos educativos que incluem populações de refugiados. Equipa os profissionais do ensino e formação profissional (professores, formadores ou instrutores, criadores de currículos, gestores de formação, conselheiros ou orientadores de carreira, pedagogos sociais, assistentes sociais, facilitadores, profissionais de avaliação e certificação, pessoal de apoio técnico, consultores da indústria, tecnólogos de aprendizagem, pessoal administrativo) com competências essenciais para apoiar e compreender eficazmente os diversos contextos culturais dos estudantes refugiados.

Objetivos:

- Melhorar a consciencialização e a sensibilidade cultural no trabalho com populações de refugiados.
- Compreender a influência da cultura no bem-estar e na saúde mental.

Atividade 1#: Comunicação Intercultural

Objetivo: ajudar os profissionais de EFP a melhorar a forma como falam e ouvem, em contextos com pessoas de diferentes origens culturais.

Descrição: esta atividade centra-se na compreensão e na prática de estilos de comunicação, que são comuns em várias culturas. Os participantes aprenderão sobre a comunicação de alto e baixo contexto e experimentarão estes estilos, através de exercícios de representação de papéis. O objetivo é ajudá-los a comunicar mais eficazmente com os participantes migrantes, que podem ter diferentes formas de partilhar e interpretar a informação.

Etapas:

1. Compreensão dos estilos de comunicação
2. Representação de diferentes cenários
3. Debate em grupo e perguntas de reflexão

Atividade 2#: Desafio de Quiz Cultural

Objetivo: aumentar os conhecimentos e a sensibilização dos profissionais de EFP, para as diversas culturas das populações de migrantes, através de um questionário interativo.

Descrição: esta atividade envolve um Quiz divertido e competitivo, que desafia os profissionais de EFP a responder a perguntas relacionadas com as tradições, os costumes, a história e as normas sociais das várias culturas representadas pelos migrantes com quem poderão trabalhar. O questionário foi concebido para ser educativo e envolvente, promovendo a aprendizagem através da competição e do debate.

Etapas

1. Introdução
2. Perguntas do Quiz
3. Debate e reflexão



NEW FUTURE

BETTER MENTAL WELLBEING FOR THE REFUGEES IN THEIR NEW FUTURE
2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

MÓDULO 3 COMPREENDER A EXPERIÊNCIA DOS MIGRANTES



Co-funded by
the European Union

This project was funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained herein.

Módulo 3 - Compreender a experiência dos refugiados

Desafios enfrentados pelos refugiados

Os refugiados de todo o mundo enfrentam uma miríade de desafios complexos e inter-relacionados quando fogem de conflitos, perseguições e instabilidade, procurando segurança e um novo começo nos países de acolhimento. Estes desafios vão desde dificuldades práticas imediatas a problemas de integração emocional e social a longo prazo. Compreender estes desafios é crucial para desenvolver sistemas de apoio e políticas eficazes que facilitem uma integração bem-sucedida e garantam que os refugiados possam viver com dignidade e esperança nos seus novos ambientes.

1. Barreiras linguísticas e de comunicação

Uma comunicação eficaz é fundamental para os refugiados navegarem no seu novo ambiente, acederem aos serviços e se integrem nas comunidades. As barreiras linguísticas prejudicam significativamente a sua capacidade de realizar tarefas básicas, obter emprego e interagir com os habitantes locais, o que pode levar ao isolamento social e a dificuldades económicas. O documento destaca o papel fundamental dos programas de aquisição de línguas na redução destes desafios, na promoção de uma melhor compreensão e na facilitação da integração. Salienta também a importância dos recursos multilíngues nos serviços de saúde, jurídicos e comunitários para garantir que os refugiados possam aceder à informação e ao apoio necessários.

2. Stress de aculturação

A adaptação a um novo ambiente cultural e a preservação da identidade cultural é uma fonte de grande stress para os refugiados. Este ato de equilíbrio entre a assimilação e a retenção cultural pode levar à confusão de identidade, ao isolamento social e ao sofrimento emocional. O documento faz referência à "teoria da fusão cultural", que sugere que a mistura de aspetos de diferentes culturas pode ajudar a aliviar o stress da aculturação e promover um ambiente comunitário mais inclusivo. Os programas que incentivam o intercâmbio cultural e a aprendizagem mútua podem ajudar os refugiados a enfrentar estes desafios de forma mais eficaz.

3. Necessidades psicológicas e emocionais

Os refugiados carregam frequentemente o pesado fardo de experiências traumáticas, incluindo violência, perdas e graves perturbações da sua vida quotidiana. A resposta às suas necessidades psicológicas e emocionais é crucial para a sua recuperação e integração. O documento sublinha a necessidade de serviços de saúde mental acessíveis que sejam sensíveis aos traumas específicos das experiências dos refugiados, defendendo o aconselhamento especializado e grupos de apoio que possam proporcionar um espaço de cura e adaptação.

4. Questões de saúde e acesso aos cuidados

Navegar no sistema de saúde de um novo país pode ser assustador para os refugiados, especialmente quando estão em jogo barreiras linguísticas e culturais. O acesso limitado aos serviços de saúde pode agravar os problemas de saúde existentes e criar desafios. O documento apela a que os serviços de saúde sejam não só acessíveis, mas também cultural e linguisticamente adequados para responder às necessidades de saúde específicas dos refugiados. Sublinha a integração dos serviços de saúde nos programas de apoio aos refugiados para garantir uma abordagem holística do bem-estar dos refugiados.



2023-i-DE02-KA220-VET-000157237

Atividade 1#: Workshop sobre Perspetivas Culturais e Posicionamento

Objetivos:

- O formador de EFP adquire ideias sobre as diferentes formas de normas culturais, costumes e desigualdades das experiências dos migrantes
- Os formadores refletem sobre o seu próprio envolvimento (perturbação da normalidade)

Descrição: este exercício tem como objetivo fazer com que os participantes reflitam sobre diferentes origens culturais e posições na sociedade. As origens culturais, costumes e estilos de comunicação definem como os formadores podem trabalhar com as comunidades de migrantes. As posições enquadram o leque de oportunidades na sociedade, no trabalho e na escola, de forma muito diferente. Ao assumir estas posições numa representação, os formadores podem aprofundar o seu conhecimento e empatia por sujeitos com diferentes origens culturais, que podem também incluir alguns dos seus formandos. Este exercício visa também aprofundar a reflexão sobre o seu próprio posicionamento. A ideia de posicionamento significa a posição que uma pessoa tem, em diferentes culturas e estruturas de poder.

Tempo: 40 minutos

Material: Cartões e lista de perguntas

Etapas

1. Preparação
2. Procedimento
3. Reflexão

5. Integração social e discriminação

A integração social está repleta de desafios, incluindo choques culturais e discriminação por parte da comunidade de acolhimento, que podem impedir os refugiados de se sentirem aceites e seguros. Estas questões podem exacerbar os sentimentos de alienação e afetar o seu bem-estar mental e geral. O documento sublinha a importância de programas comunitários que promovam a inclusão e a compreensão entre os refugiados e as populações de acolhimento, incluindo a formação em competências culturais para os prestadores de serviços públicos e campanhas de sensibilização da comunidade.

6. Desafios económicos e emprego

A integração económica é fundamental para que os refugiados se tornem autossuficientes e contribuam para as suas novas comunidades. No entanto, os refugiados enfrentam frequentemente obstáculos significativos na procura de emprego, tais como qualificações não reconhecidas e compreensão limitada do mercado de trabalho local. O documento salienta a importância dos serviços de apoio ao emprego que ajudam a colmatar estas lacunas, incluindo programas de certificação e formação adaptados aos refugiados, aconselhamento de carreira e serviços de colocação de emprego que reconhecem os talentos e experiências únicos das populações de refugiados.

7. Navegação legal e burocrática

Compreender e navegar nos sistemas legais e burocráticos do país de acolhimento pode ser particularmente difícil para os refugiados, que podem não estar familiarizados com os procedimentos necessários para garantir os seus direitos e aceder aos serviços. O documento sugere a necessidade de programas de assistência jurídica que ajudem os refugiados a compreender os seus direitos e obrigações no âmbito do quadro jurídico do país de acolhimento, oferecendo orientação sobre tudo, desde os pedidos de asilo aos processos de reagrupamento familiar.

8. Literacia cultural e comunicação

A literacia cultural é essencial para uma comunicação e integração eficazes. Os mal-entendidos resultantes de diferenças culturais podem impedir interações eficazes e processos de integração. O documento discute a necessidade de programas que eduquem tanto os refugiados como as comunidades de acolhimento sobre as culturas uns dos outros, promovendo a compreensão e o respeito mútuos. Estes programas podem incluir orientação cultural para os refugiados e formação em sensibilidade cultural para a comunidade de acolhimento, facilitando um processo de integração mais suave.

Estes desafios sublinham a natureza complexa e multifacetada das experiências dos refugiados e a importância crucial de sistemas de apoio específicos para resolver eficazmente estas questões. As estratégias globais que têm em conta estes diversos desafios são essenciais para garantir que os refugiados possam reconstruir com êxito as suas vidas e contribuir para as suas novas comunidades.



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

Atividade 2#: Troca de artefactos culturais

Objetivo: facilitar uma compreensão e apreciação mais profundas das diversas culturas, através do debate e intercâmbio de artefactos culturais de outras culturas ou especificamente das comunidades de migrantes com que os participantes trabalham.

Descrição: esta atividade incentiva os participantes a trazerem um objeto ou a partilharem uma história sobre um artefacto cultural de uma cultura diferente da sua, ou de uma comunidade de migrantes com a qual estejam familiarizados. Ao partilhar e explorar estes objetos, os participantes envolvem-se em debates sobre a diversidade cultural, aprendem sobre o significado de várias práticas culturais e desenvolvem uma maior empatia pelas experiências dos migrantes.

Etapas:

1. Preparação
2. Apresentação de artefactos
3. Debate em grupo
4. Reflexão

Atividade 3#: Abordagens informadas sobre trauma na formação profissional

Objetivo: melhorar a compreensão dos profissionais de EFP sobre trauma e o seu impacto nos participantes migrantes, preparando-os para aplicar práticas informadas sobre trauma nos seus contextos educativos.

Descrição: esta atividade centra-se num vídeo didático, desenvolvido no âmbito do NewFuture, que explora o trauma e as experiências traumáticas, em particular no contexto dos migrantes. O objetivo é aprofundar a consciência dos participantes sobre os efeitos do trauma e promover estratégias eficazes para criar um ambiente de aprendizagem favorável.

Etapas:

1. Apresentação
2. *Insights* e desenvolvimento de estratégias
3. Reflexão



BETTER MENTAL WELLBEING FOR THE REFUGEES IN THEIR NEW FUTURE
2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

MÓDULO 4 PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS



Co-funded by
the European Union

This project was funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained herein.

Módulo 4 - Primeiros socorros psicológicos

Este módulo sobre Primeiros Socorros Psicológicos (PFA) foi concebido para profissionais de EFP que trabalham com refugiados em contextos de EFP. O seu objetivo é dotar os formadores das competências e conhecimentos essenciais para prestar apoio psicológico de primeira linha aos refugiados que possam estar a passar por situações de angústia ou trauma.

Objetivos

- Compreender os princípios da prestação de apoio psicológico imediato em situações de crise
- Promover a saúde mental em situações de emergência
- Criar estratégias para ajudar os participantes a gerir o stress durante as emergências

Atividade 1#: PSP em ação - Questionário baseado em cenários

Descrição: esta atividade consiste num questionário baseado em cenários, concebido para testar e reforçar a compreensão dos participantes sobre os princípios de PSP, em contextos práticos de EFP. Cada pergunta apresenta uma situação hipotética comum, com que os profissionais de EFP se deparam quando prestam apoio aos migrantes. Os participantes são convidados a escolher a melhor forma de atuação, a partir de opções de escolha múltipla, centrando-se na escuta empática, na sensibilidade cultural e na comunicação não-verbal.

Etapas:

1. Introdução ao questionário
2. Apresentação de cenários e perguntas do questionário
3. Debate e reflexão

Recomendação para os formadores

Tendo em conta os desafios que se colocam ao PFA, algumas recomendações para os profissionais de EFP que trabalham com refugiados:

- Criar um espaço seguro e de apoio onde os refugiados se sintam à vontade para exprimir as suas emoções e experiências.
- Praticar a escuta empática em todas as interações para estabelecer confiança e ligação.
- Envolver-se numa aprendizagem contínua sobre as culturas e as línguas das populações de refugiados que serve, por exemplo, competências linguísticas básicas nas línguas nativas dos refugiados ou normas e valores culturais.
- Esteja consciente da sua linguagem corporal, expressões faciais e outras pistas não verbais para transmitir calor, abertura e empatia.
- Treine-se para ler e interpretar com precisão os sinais não verbais dos refugiados para compreender melhor os seus estados emocionais e as suas necessidades.
- Utilize aplicações de tradução e ferramentas digitais para ultrapassar as barreiras linguísticas.
- Explorar recursos visuais, como infografias e pictogramas, para fornecer informações e instruções de uma forma acessível.
- Conceber atividades que incentivem a reflexão sobre o processo de aprendizagem, tais como reflexões baseadas na arte, construção de cenários e narração de histórias digitais.
- Fornecer formação sobre técnicas específicas para gerir o stress e lidar com situações de crise, tais como exercícios de respiração, atenção plena e técnicas de estabilização.
- Concentrar-se na capacitação dos refugiados, reconhecendo e utilizando as suas competências atuais e proporcionando-lhes oportunidades de desenvolvimento de competências e de educação.
- Desenvolva questionários interativos e cenários de dramatização, permitindo que os participantes apliquem os seus conhecimentos e recebam feedback imediato.
- Adotar práticas de autocuidado e procurar apoio profissional quando necessário.
- Mantenha-se informado sobre a investigação mais recente e as melhores práticas em matéria de APF e apoio aos refugiados.

Módulo 4 - Primeiros socorros psicológicos

Este módulo sobre Primeiros Socorros Psicológicos (PFA) foi concebido para profissionais de EFP que trabalham com refugiados em contextos de EFP. O seu objetivo é dotar os formadores das competências e conhecimentos essenciais para prestar apoio psicológico de primeira linha aos refugiados que possam estar a passar por situações de angústia ou trauma.

Objetivos

- Compreender os princípios da prestação de apoio psicológico imediato em situações de crise
- Promover a saúde mental em situações de emergência
- Criar estratégias para ajudar os participantes a gerir o stress durante as emergências

Atividade 3#: Reflexão através da arte: Integração de PSP na formação profissional

Objetivo: permitir aos profissionais de EFP interiorizar e expressar a sua compreensão dos conceitos de PSP, através de atividades criativas, melhorando a sua capacidade de conduzir sessões de formação profissional, solidárias e inclusivas para os migrantes.

Descrição: esta atividade utiliza a arte como meio para os profissionais do ensino e formação profissional refletirem sobre a formação PSP que receberam. Através de expressões artísticas, como o desenho, a pintura ou o artesanato, os participantes podem explorar os seus sentimentos sobre a formação, exprimir as suas conclusões e planejar a forma de aplicar estes conhecimentos nas suas práticas de ensino profissional. A atividade foi concebida para ser acessível e valiosa, mesmo para quem não tem conhecimentos prévios de psicologia ou de teorias da educação, centrando-se antes em expressões práticas de conceitos aprendidos.

Etapas:

1. Expressão artística
2. Expressão dos princípios de PSP
3. Partilha
4. Reflexão

Recomendação para os formadores

Tendo em conta os desafios que se colocam ao PFA, algumas recomendações para os profissionais de EFP que trabalham com refugiados:

- Criar um espaço seguro e de apoio onde os refugiados se sintam à vontade para exprimir as suas emoções e experiências.
- Praticar a escuta empática em todas as interações para estabelecer confiança e ligação.
- Envolver-se numa aprendizagem contínua sobre as culturas e as línguas das populações de refugiados que serve, por exemplo, competências linguísticas básicas nas línguas nativas dos refugiados ou normas e valores culturais.
- Esteja consciente da sua linguagem corporal, expressões faciais e outras pistas não verbais para transmitir calor, abertura e empatia.
- Treine-se para ler e interpretar com precisão os sinais não verbais dos refugiados para compreender melhor os seus estados emocionais e as suas necessidades.
- Utilize aplicações de tradução e ferramentas digitais para ultrapassar as barreiras linguísticas.
- Explorar recursos visuais, como infografias e pictogramas, para fornecer informações e instruções de uma forma acessível.
- Conceber atividades que incentivem a reflexão sobre o processo de aprendizagem, tais como reflexões baseadas na arte, construção de cenários e narração de histórias digitais.
- Fornecer formação sobre técnicas específicas para gerir o stress e lidar com situações de crise, tais como exercícios de respiração, atenção plena e técnicas de estabilização.
- Concentrar-se na capacitação dos refugiados, reconhecendo e utilizando as suas competências atuais e proporcionando-lhes oportunidades de desenvolvimento de competências e de educação.
- Desenvolva questionários interativos e cenários de dramatização, permitindo que os participantes apliquem os seus conhecimentos e recebam feedback imediato.
- Adotar práticas de autocuidado e procurar apoio profissional quando necessário.
- Mantenha-se informado sobre a investigação mais recente e as melhores práticas em matéria de APF e apoio aos refugiados.



BETTER MENTAL WELLBEING FOR THE REFUGEES IN THEIR NEW FUTURE
2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

MÓDULO 5 CUIDADOS INFORMADOS SOBRE TRAUMA E TÉCNICAS DE FORMAÇÃO



Co-funded by
the European Union

This project was funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained herein.

Módulo 5 - Cuidados informados sobre o trauma e técnicas de formação

Este módulo sobre Cuidados e Técnicas de Ensino Informados sobre o Trauma foi concebido para profissionais de EFP que trabalham com refugiados em contextos de EFP. O seu objetivo é dotar os formadores das competências e conhecimentos essenciais para fornecerem intervenções informadas sobre o trauma a refugiados que possam estar a passar por situações de angústia ou trauma.

Objetivos

- Implementar práticas de ensino informadas sobre o trauma
- Criar um ambiente de aprendizagem sensível ao trauma
- Compreender e aprender as técnicas básicas das abordagens cognitivo-comportamentais
- Apoiar os refugiados, aprendendo de acordo com os seus Objetivos

Atividade 1#: Introdução à neurobiologia do trauma

Objetivo: melhorar a compreensão dos participantes sobre como o trauma afeta o funcionamento cognitivo e emocional, através da lente da neurobiologia.

Etapas:

1. Introdução
2. Debate em grupo: A resposta do cérebro ao trauma
3. Partilha de ideias
4. Explorando a neurobiologia do trauma
5. Conclusão e reflexão

Atividade 2#: Segurança e confiança

Objetivo: aprofundar a compreensão dos participantes sobre a forma de criar um ambiente de aprendizagem favorável, através do reforço da segurança e da confiança. Recorrer a debates e exercícios práticos, para que os participantes possam explorar estratégias para promover um sentimento de segurança e confiança, nos seus próprios contextos educativos ou de formação.

Atividade 3#: Movimento e pintura - Capacitar a escolha pessoal através da arteterapia expressiva

Descrição: esta sessão combina movimento com pintura, para introduzir uma forma mais ativa e envolvente de arteterapia que enfatiza a escolha pessoal e a autonomia. Concebida para migrantes adultos, a atividade visa dar aos participantes a possibilidade de se exprimirem livremente, apoiando a recuperação de traumas, ao permitir-lhes fazer escolhas que reflitam as suas emoções e preferências.



BETTER MENTAL WELLBEING FOR THE REFUGEES IN THEIR NEW FUTURE
2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

MÓDULO 6 INTEGRAÇÃO E INCLUSÃO SOCIAL DOS MIGRANTES NAS SESSÕES DE FORMAÇÃO



Co-funded by
the European Union

This project was funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained herein.

Módulo 6 - Integração e inclusão social dos refugiados nas sessões de formação

Objetivos de aprendizagem:

- Promover a integração social e a inclusão dos refugiados
- Apoiar os refugiados no estabelecimento de ligações com a comunidade

Tópicos/conteúdos:

- O significado de ser refugiado em contexto de formação e a sua consideração pelos formadores
- Estratégias para promover a integração social e a inclusão dos refugiados nas ações de formação
- Criar um ambiente de apoio e acolhimento para os refugiados nas sessões de formação
- Abordagem das diferenças culturais e da diversidade nos esforços de integração
- Criar ligações comunitárias através do trabalho em rede e da colaboração



2023-i-DE02-KA220-VET-000157237

18. Aprendizagem social e emocional (ASE) de estudantes recém-chegados e refugiados: Crenças, práticas e implicações para as políticas nos países da OCDE
McBrien, J. (2022). *Aprendizagem social e emocional (SEL) de estudantes recém-chegados e refugiados: Beliefs, practices and implications for policies across OECD countries* (Crenças, práticas e implicações para as políticas nos países da OCDE). Documento de trabalho da OCDE sobre educação n.º 266.
[https://one.oecd.org/document/EDU/WKP\(2022\)4/En/pdf](https://one.oecd.org/document/EDU/WKP(2022)4/En/pdf)
19. Educação como cura: abordar o trauma da deslocação através da aprendizagem social e emocional - Biblioteca Digital da UNESCO
UNESCO. (2019). Educação como cura: Abordar o trauma da deslocação através da aprendizagem social e emocional (Documento de orientação política ED/GEM/MRT/2019/PP/38).
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000367812>
20. A Toolkit for Welcoming, Supporting and Empowering Resettled Refugees | European Commission
Website on Integration:
Sítio Web europeu sobre integração. (n.d.). *A toolkit for welcoming, supporting and empowering resettled refugees*.
https://migrant-integration.ec.europa.eu/library-document/toolkit-welcoming-supporting-and-empowering-resettled-refugees_en
21. Estratégias eficazes de aprendizagem cooperativa | ThoughtCo:
ThoughtCo. (n.d.). *Estratégias eficazes de aprendizagem cooperativa*. Ler mais
www.thoughtco.com/effective-cooperative-learning-strategies-2081675
22. Community-Based Mental Health and Psychosocial Support Resource Collection Toolkit (Conjunto de ferramentas de recolha de recursos de saúde mental e apoio psicossocial com base na comunidade) - The MHPSS Network (Rede MHPSS):
A Rede MHPSS. (n.d.). *Conjunto de ferramentas de recolha de recursos de saúde mental e apoio psicossocial com base na comunidade*.
www.mhpss.net/toolkit/community-based-mental-health-and-psychosocial-support-resource-collection/category/manuals?subcategory=activity-manuals
23. Proteção baseada na comunidade (CBP) | ACNUR:
ACNUR. (n.d.). *Proteção baseada na comunidade (CBP)*.
<https://emergency.unhcr.org/protection/protection-mechanisms/community-based-protection-cbp>

Módulo 6 - Integração e inclusão social dos refugiados nas sessões de formação

Objetivos de aprendizagem:

- Promover a integração social e a inclusão dos refugiados
- Apoiar os refugiados no estabelecimento de ligações com a comunidade

Tópicos/conteúdos:

- O significado de ser refugiado em contexto de formação e a sua consideração pelos formadores
- Estratégias para promover a integração social e a inclusão dos refugiados nas ações de formação
- Criar um ambiente de apoio e acolhimento para os refugiados nas sessões de formação
- Abordagem das diferenças culturais e da diversidade nos esforços de integração
- Criar ligações comunitárias através do trabalho em rede e da colaboração

Atividade 4# Mapa cronológico do percurso de vida

Objetivo: este exercício foi concebido para apoiar os formadores e pode ser implementado em pequenos grupos ou individualmente, com participantes migrantes. É altamente recomendável que a atividade seja implementada num ambiente protegido na comunidade de formadores, por exemplo, como parte de um curso de autodesenvolvimento. Tal serve como autoconhecimento para o trabalho futuro. Neste caso, é necessário planear o tempo de acordo com o número de membros do grupo. Os principais objetivos são:



2023-i-DE02-KA220-VET-000157237

18. Aprendizagem social e emocional (ASE) de estudantes recém-chegados e refugiados: Crenças, práticas e implicações para as políticas nos países da OCDE
McBrien, J. (2022). *Aprendizagem social e emocional (SEL) de estudantes recém-chegados e refugiados: Beliefs, practices and implications for policies across OECD countries* (Crenças, práticas e implicações para as políticas nos países da OCDE). Documento de trabalho da OCDE sobre educação n.º 266.
[https://one.oecd.org/document/EDU/WKP\(2022\)4/En/pdf](https://one.oecd.org/document/EDU/WKP(2022)4/En/pdf)
19. Educação como cura: abordar o trauma da deslocação através da aprendizagem social e emocional - Biblioteca Digital da UNESCO
UNESCO. (2019). Educação como cura: Abordar o trauma da deslocação através da aprendizagem social e emocional (Documento de orientação política ED/GEM/MRT/2019/PP/38).
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000367812>
20. A Toolkit for Welcoming, Supporting and Empowering Resettled Refugees | European Commission
Website on Integration:
Sítio Web europeu sobre integração. (n.d.). *A toolkit for welcoming, supporting and empowering resettled refugees*.
https://migrant-integration.ec.europa.eu/library-document/toolkit-welcoming-supporting-and-empowering-resettled-refugees_en
21. Estratégias eficazes de aprendizagem cooperativa | ThoughtCo:
ThoughtCo. (n.d.). *Estratégias eficazes de aprendizagem cooperativa*. Ler mais
www.thoughtco.com/effective-cooperative-learning-strategies-2081675
22. Community-Based Mental Health and Psychosocial Support Resource Collection Toolkit (Conjunto de ferramentas de recolha de recursos de saúde mental e apoio psicossocial com base na comunidade) - The MHPSS Network (Rede MHPSS):
A Rede MHPSS. (n.d.). *Conjunto de ferramentas de recolha de recursos de saúde mental e apoio psicossocial com base na comunidade*.
www.mhpss.net/toolkit/community-based-mental-health-and-psychosocial-support-resource-collection/category/manuals?subcategory=activity-manuals
23. Proteção baseada na comunidade (CBP) | ACNUR:
ACNUR. (n.d.). *Proteção baseada na comunidade (CBP)*.
<https://emergency.unhcr.org/protection/protection-mechanisms/community-based-protection-cbp>



NEW FUTURE

BETTER MENTAL WELLBEING FOR THE REFUGEES IN THEIR NEW FUTURE
2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

MÓDULO 7 INTERVENÇÕES DE BASE COMUNITÁRIA



Co-funded by
the European Union

This project was funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained herein.

Módulo 7 - Intervenções de base comunitária

Objetivos de aprendizagem:

- Definir o que são intervenções baseadas na comunidade e compreender o seu significado
- Explorar várias intervenções baseadas na comunidade
- Identificar os principais componentes de intervenções comunitárias bem-sucedidas
- Conceber e implementar intervenções de base comunitária adaptadas às necessidades dos refugiados

Tópicos/conteúdos:

- Compreender as intervenções baseadas na comunidade como uma forma de apoiar os refugiados
- Desafios e benefícios e o papel do envolvimento das organizações de EFP e da comunidade
- Componentes-chave de intervenções comunitárias bem-sucedidas
- Como conceber, aplicar e avaliar um plano de intervenção pormenorizado baseado na comunidade
- A importância das abordagens participativas - envolver os refugiados na conceção

Dominar as abordagens participativas

As abordagens participativas que envolvem ativamente os refugiados nos processos de tomada de decisão permitem-lhes ter voz ativa na definição das intervenções que afetam as suas vidas, assegurando que estas iniciativas são culturalmente relevantes e respondem verdadeiramente às suas necessidades. Ao envolver os refugiados como participantes ativos e não como destinatários passivos, estas abordagens promovem um sentido de propriedade e de agência, que pode aumentar a eficácia e a sustentabilidade das intervenções baseadas na comunidade. Além disso, o envolvimento dos refugiados na conceção e execução dos programas ajuda a criar confiança e respeito mútuo entre os refugiados e os prestadores de serviços, criando sistemas de apoio mais inclusivos e reativos. Este processo de colaboração não só enriquece as intervenções com perspetivas e conhecimentos diversos, como também



2023-i-DE02-KA220-VET-000157237

Desafios	Benefícios
▪ As diferenças linguísticas e culturais podem dificultar a comunicação e a colaboração eficazes entre os profissionais do ensino e formação profissional, as organizações comunitárias e os refugiados. ▪ O financiamento, o pessoal e as infraestruturas limitados podem restringir o âmbito e o impacto das intervenções. ▪ Garantir o alinhamento dos Objetivos e métodos dos vários intervenientes pode ser difícil, conduzindo a potenciais conflitos ou ineficiências. ▪ Estabelecer a confiança entre os refugiados, os profissionais de EFP e as organizações comunitárias pode levar tempo e esforço, especialmente se houver um historial de desconfiança ou mal-entendidos.	▪ A colaboração reúne uma vasta gama de competências, conhecimentos e recursos, melhorando a qualidade e a eficácia das intervenções. ▪ As parcerias podem alargar o alcance dos programas, permitindo-lhes servir um maior número de refugiados e responder a um leque mais vasto de necessidades. ▪ A colaboração com as organizações comunitárias pode ajudar a garantir que as intervenções sejam sustentáveis e continuem a beneficiar os refugiados a longo prazo. ▪ O trabalho em estreita colaboração com as organizações comunitárias pode melhorar a compreensão das nuances culturais por parte dos profissionais de EFP, conduzindo a intervenções mais sensíveis e eficazes do ponto de vista cultural.

Módulo 7 - Intervenções de base comunitária

Objetivos de aprendizagem:

- Definir o que são intervenções baseadas na comunidade e compreender o seu significado
- Explorar várias intervenções baseadas na comunidade
- Identificar os principais componentes de intervenções comunitárias bem-sucedidas
- Conceber e implementar intervenções de base comunitária adaptadas às necessidades dos refugiados

Tópicos/conteúdos:

- Compreender as intervenções baseadas na comunidade como uma forma de apoiar os refugiados
- Desafios e benefícios e o papel do envolvimento das organizações de EFP e da comunidade
- Componentes-chave de intervenções comunitárias bem-sucedidas
- Como conceber, aplicar e avaliar um plano de intervenção pormenorizado baseado na comunidade
- A importância das abordagens participativas - envolver os refugiados na conceção

Atividade 1#: Compreender as intervenções comunitárias e a sua importância para os migrantes

Objetivo: definir o que são intervenções comunitárias e compreender por que razão são importantes para o processo de recuperação de migrantes traumatizados.

Descrição: esta atividade visa proporcionar aos profissionais de EFP uma compreensão abrangente das intervenções baseadas na comunidade, incluindo a sua definição e o seu papel como mecanismo de apoio à promoção do bem-estar mental dos migrantes. Foca-se particularmente no aprofundamento dos seus conhecimentos e permite-lhes reconhecer o leque de iniciativas que dão prioridade à cura e à pertença, num contexto comunitário de apoio.

Etapas:

1. Apresentação sobre intervenções comunitárias
2. Histórias reais de diferentes intervenções comunitárias para a recuperação dos migrantes
3. Debate e reflexão em grupo



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

Atividade 3#: Conceber e implementar eficazmente intervenções comunitárias

Objetivo: dotar os profissionais de EFP de aptidões e conhecimentos necessários para conceber, implementar e avaliar intervenções comunitárias, que apoiem a recuperação e a integração dos migrantes.

Descrição: esta atividade visa orientar os profissionais de EFP através de uma abordagem prática para aprenderem com planos de intervenção bem-sucedidos baseados na comunidade, de modo a serem capazes de conceber, implementar e avaliar os seus próprios planos de intervenção. Centra-se particularmente no aprofundamento da sua compreensão da relevância das abordagens participativas que apoiam a recuperação e a integração dos migrantes.

Etapas:

1. Aprender com os planos de intervenção comunitários
2. Conceber um plano de intervenção comunitário para o percurso de recuperação dos migrantes
3. Debate em grupo e refletir sobre abordagens participativas



NEW FUTURE

BETTER MENTAL WELLBEING FOR THE REFUGEES IN THEIR NEW FUTURE
2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

MÓDULO 8 AUTOCUIDADO PARA PROFISSIONAIS



Co-funded by
the European Union

This project was funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained herein.

Módulo 8 - Autocuidado para Profissionais

Objetivos de aprendizagem:

- Desenvolver estratégias de autocuidado
- Promover práticas de autocuidado
- Prevenir o esgotamento e a fadiga da compaixão
- Melhorar o bem-estar mental dos profissionais

Tópicos:

- Importância dos cuidados pessoais na prevenção do esgotamento
- Estratégias de manutenção do bem-estar (para indivíduos e grupos de trabalho)
- Exemplos de práticas de autocuidado nas rotinas de trabalho diárias (incluindo abordagens de terapia artística)
- Intervenções para apoiar o autocuidado dos profissionais na comunidade de trabalho



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

Atividade 1#: Motivação pessoal-profissional - com quadro de motivação

Objetivos:

- Reforçar a auto-consciência
- Prevenir o *burnout* e reforçar a ligação dos participantes à profissão que escolheram
- Preparar o plano de cuidados pessoais e de bem-estar pessoal, relacionado com o exercício

Descrição: Os participantes exploram a sua motivação para trabalhar como formadores em contextos de educação de adultos, com membros do grupo de migrantes. De seguida, criam um quadro de motivação para representar visualmente a sua identidade pessoal-profissional.

Etapas:

4. Introdução
5. Exploração da motivação
6. Criação de quadros de motivação
7. Partilha no grupo

Atividade 2# Identificar os fatores de *stress* pessoais: Atividade de colagem

Objetivos:

- Sensibilizar para os potenciais fatores de *stress* na profissão de formador
- Incentivar a autorreflexão e a autohonestidade
- Salientar a importância do autocuidado como medida preventiva contra o esgotamento.

Descrição: os participantes exploram e identificam os seus fatores de *stress* pessoais relacionados com o seu papel de formadores. Criam colagens que representam visualmente esses fatores de *stress*.

Etapas:

1. Debate sobre os desafios
2. Compreensão do esgotamento
3. Formação do grupo
4. Criação de colagem
5. Apresentação



NEW FUTURE

BETTER MENTAL WELLBEING FOR THE REFUGEES IN THEIR NEW FUTURE
2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

MÓDULO 9 CONSIDERAÇÕES LEGAIS E ÉTICAS



Co-funded by
the European Union

This project was funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained herein.

Módulo 9 - Considerações legais e éticas

Este módulo sobre Considerações Legais e Éticas (LEC) foi concebido para profissionais de EFP que trabalham com refugiados em contextos de EFP. O seu objetivo é dotar os formadores de competências e conhecimentos essenciais sobre a legislação e as questões éticas do apoio à saúde mental dos refugiados.

Objetivos

- Compreender os aspetos legais e éticos do apoio à saúde mental dos refugiados
- Compreender as responsabilidades legais e éticas relacionadas com o apoio à saúde mental
- Respeitar as normas profissionais
- Proteger os direitos dos refugiados

Atividade 1#: Confidencialidade

Objetivo: compreender e aplicar o princípio da confidencialidade em vários cenários

Descrição: trabalho de grupo

Etapas:

1. Dividir os participantes em três pequenos grupos
2. Fornecer a cada grupo diferentes cenários, onde a confidencialidade pode ser questionada:

Cenário 1: uma mulher refugiada revela-lhe que está a ser vítima de maus-tratos domésticos graves por parte do marido. Receia pela sua segurança e a dos filhos, mas também tem medo que o marido descubra que falou com alguém sobre o assunto e que o companheiro possa ser deportado. O que é que faria?

Cenário 2: observa sinais de maus-tratos físicos numa criança migrante, mas esta não dá qualquer informação. O que é que faria?

Cenário 3: tem de partilhar informações sobre a saúde mental de um formando migrante com os formadores, para prestarem o apoio adequado. O que é que faria?
3. Os grupos trabalham num cenário, debatendo a forma de manter a confidencialidade, por um lado, e de cumprir as suas obrigações legais, por outro. Quais são os riscos? Que medidas devem ser tomadas?
4. Cada grupo apresenta o seu cenário e a sua solução. Facilite um debate. Questiona como lidar com situações desafiantes



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237



BETTER MENTAL WELLBEING FOR THE REFUGEES IN THEIR NEW FUTURE
2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

MÓDULO 10 ENCAMINHAMENTO PARA PROFISSIONAIS DE SAÚDE



Co-funded by
the European Union

This project was funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained herein.

Atividade 1#: Desenvolver orientações metodológicas de referência

Objetivo: os formadores criarão as suas próprias orientações metodológicas para encaminhar os migrantes para especialistas, assegurando um processo de encaminhamento claro e eficaz.

Etapas:

1. Debater cenários comuns que podem exigir o encaminhamento para especialistas (por exemplo, PSPT grave, ideação suicida)
2. Identificar os principais indicadores de que é necessário um encaminhamento
3. Desenvolver orientações passo-a-passo para fazer um encaminhamento, incluindo a identificação de especialistas adequados, obtenção de consentimento e acompanhamento
4. Partilhar e rever as orientações metodológicas em pequenos grupos, dando *feedback* e aperfeiçoando as orientações metodológicas

Atividade 2#: Mapeamento e utilização de redes

Objetivo: os formadores farão um levantamento das suas redes profissionais e explorarão formas de utilizar essas redes para apoiar os migrantes

Etapas:

1. Enumerar individualmente todos os contactos e instituições relevantes da sua rede profissional (por exemplo, prestadores de cuidados de saúde, organizações comunitárias, profissionais de saúde mental)
2. Criar um mapa visual da sua rede, indicando as relações e ligações entre os diferentes contactos e instituições
3. Em pequenos grupos, discutir estratégias para utilizar eficazmente estas redes para apoiar os migrantes (por exemplo, coordenar serviços, partilhar recursos)
4. Desenvolver um plano de ação para melhorar e expandir a sua rede para melhor responder às necessidades dos migrantes