



UNIVERSIDADE D COIMBRA

Cláudia Isabel Costa Miranda

Intervenção Socioeducativa sobre Comportamentos de Risco na *Internet* no Contexto de Acolhimento Residencial de Crianças e Jovens

Relatório de Estágio Curricular no âmbito do Mestrado em Ciências da Educação,
orientado pela Professora Doutora Maria da Piedade Simões Pessoa Vaz Rebelo e
apresentado à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de
Coimbra

Julho 2024

Agradecimentos

Ao longo desta caminhada, partilhamos angústias, ultrapassamos obstáculos e, acima de tudo, celebramos conquistas com aqueles que se cruzam no nosso caminho. Ciente de que esta jornada nunca foi trilhada solitariamente, mas sempre em conjunto, manifesto a todos a minha gratidão e reconhecimento pelo companheirismo demonstrado ao longo do percurso.

Primeiramente e de modo especial, dirijo as minhas primeiras palavras à Professora Doutora Maria da Piedade Simões Pessoa Vaz Rebelo, expressando a minha profunda gratidão pela sua disponibilidade, persistência e resiliência ao longo do meu percurso académico. Agradeço-lhe por ter aceitado o desafio de me orientar, pelo seu apoio constante e por todos os valiosos conselhos que me proporcionou.

Agradeço igualmente a todos os profissionais e residentes da Casa de Acolhimento do Lar de Santa Estefânia, em Guimarães, pela forma calorosa com que me receberam e pela dedicação em facilitar a minha integração. Em particular, à Dr.^a Carla Patrícia Guimarães, orientadora da instituição, quero expressar o meu agradecimento pela supervisão, pela devoção ao meu trabalho, pelo companheirismo e pelo seu imenso coração. Sinto-me verdadeiramente grata por ter tido a oportunidade de cruzar o seu caminho.

Sobretudo, quero expressar a minha profunda gratidão aos meninos e meninas da Casa de Acolhimento, por me ensinarem que não somos definidos pela nossa história, por se tornarem parte essencial da minha vida e por me mostrarem que este é o caminho que devo seguir. Agradeço todo o carinho que me deram, sem nunca pedir nada em troca. Carrego-vos para sempre no meu coração.

Um agradecimento enorme à minha família, por tornarem possível a realização deste sonho, por serem o meu exemplo e o meu apoio constante.

Por fim, mas não menos importante, aos meus amigos e aos amigos que criei ao longo desta jornada. Obrigado por estarem presentes durante todo o meu percurso académico e por me apoiarem incondicionalmente nesta longa caminhada.

Agradeço a todos que, de alguma forma, me incentivaram, apoiaram, acreditaram e me permitiram avançar mais uma etapa. A minha gratidão para cada um de vós é profunda e sincera.

Resumo

O presente relatório descreve o estágio curricular do Mestrado em Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, realizado na Casa de Acolhimento do Lar de Santa Estefânia, em Guimarães. Este relatório reflete o trabalho desenvolvido, com ênfase no projeto de intervenção centrado na sensibilização de adolescentes sobre os riscos do uso inadequado da *Internet*. O objetivo foi promover uma navegação segura e responsável, capacitando as adolescentes a fazer escolhas informadas e éticas.

Para atingir os objetivos do projeto educativo, adotou-se uma abordagem estruturada, destacando temas como *cyberbullying* e *sexting*, e promovendo a discussão sobre comportamentos responsáveis e consequências negativas das práticas inadequadas *online*. Incentivou-se a reflexão crítica para desenvolver uma relação saudável com a *Internet*, contribuindo para o bem-estar dos jovens e uma sociedade digital mais consciente.

O trabalho incluiu sete crianças/jovens e utilizou-se uma abordagem de observação participativa, permitindo uma compreensão profunda das suas necessidades. A comunicação constante com as equipas educativa e técnica da casa de acolhimento foi fundamental, complementada por questionários para recolher dados estruturados sobre o uso da *Internet*.

O programa de intervenção consistiu em oito sessões ao longo de dois meses, utilizando uma estratégia expositivo-dialogante, participativa, colaborativa e flexível. As atividades, baseadas em Dinâmicas de Grupo, foram adaptadas às idades e necessidades dos participantes, focando-se em competências como empatia, resolução de conflitos, gestão emocional, comunicação e resiliência. Este enfoque promoveu o desenvolvimento social e emocional das jovens num ambiente seguro e estimulante, maximizando o impacto no seu crescimento pessoal e interação grupal.

Palavras-Chave: Acolhimento Residencial; Intervenção Socioeducativa; Comportamentos de risco na *Internet*; Dinâmicas de grupo; Sensibilização.

Abstract

The present report describes the curricular internship of the Master's in Educational Sciences at the University of Coimbra, conducted at the Santa Estefânia Residential Home in Guimarães. This report reflects the work developed, with an emphasis on the intervention project focused on raising awareness among adolescents about the risks of inappropriate *Internet* use. The goal was to promote safe and responsible browsing, empowering adolescents to make informed and ethical choices.

To achieve the objectives of the educational project, a structured approach was adopted, highlighting topics such as *cyberbullying* and *sexting*, and promoting discussions about responsible behaviors and the negative consequences of inappropriate *online* practices. Critical reflection was encouraged to develop a healthy relationship with the *Internet*, contributing to the well-being of the youth and a more conscious digital society.

The work included seven children/young people and utilized a participatory observation approach, allowing for a deep understanding of their needs. Constant communication with the educational and technical teams of the residential home was fundamental, complemented by questionnaires to collect structured data on *Internet* use. The intervention program consisted of eight sessions over two months, using an expository-dialogical, participatory, collaborative, and flexible strategy. The activities, based on Group Dynamics, were adapted to the ages and needs of the participants, focusing on skills such as empathy, conflict resolution, emotional management, communication, and resilience. This focus promoted the social and emotional development of the adolescents in a safe and stimulating environment, maximizing the impact on their personal growth and group interaction.

Keywords: Residential Care; Socio-educational Intervention; Risk Behaviors on the *Internet*; Group Dynamics; Awareness.

Formulário de abreviaturas

AA- Apartamentos de Autonomização
APAV - Associação Portuguesa de Apoio à Vítima
APTSES- Associação dos Profissionais Técnicos Superiores de Educação Social
ARE- Acolhimento Residencial Especializado
ATL – Atividades Tempo Livre
CA- Casa de Acolhimento
CASA - Caracterização Anual da Situação de Acolhimento das Crianças e Jovens
CAT- Centro de Acolhimento Temporário
CDC- Convenção sobre os Direitos da Criança
CNPDPJ- Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens
CPCJ- Comissões de Proteção de Crianças e Jovens
CR- Comissão Restrita
DGE - Direção-Geral da Educação
DUDC- Declaração Universal dos Direitos da Criança
DUDH- Declaração Universal dos Direitos Humanos
EMAT- Equipas Multidisciplinares de Assessoria ao Tribunal
ES- Educação Social
FPCEUC- Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra
IPDJ - Instituto Português do Desporto e Juventude
LIJ- Lar de Infância e Juventude
LPCJR- Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Risco
LPI- Lei de Proteção de Infância
LSE – Lar Santa Estefânia
MCE- Mestrado em Ciências da Educação
OMS - Organização Mundial de Saúde
ONG- Organizações Não Governamentais
ONU- Organização das Nações Unidas
TIC - Tecnologias de Informação e Comunicação
UNICEF- United Nations International Children’s Emergency Fund
UPI - Utilização Problemática da *Internet*

Índice

Introdução	8
PARTE 1: Enquadramento Teórico	10
Capítulo 1 - Crianças e Jovens: Direitos, Promoção e Proteção	11
1.1 Instituições de Apoio e Proteção	12
1.2 Padrões de Promoção e Proteção.....	13
Capítulo 2 - Acolhimento Residencial de Crianças e Jovens: Enquadramento Teórico- Legal em Portugal.....	13
2.1 Perspetiva do Acolhimento Residencial	13
2.2 Paradigmas no Acolhimento Residencial - Relatório CASA	16
2.3 Fases de Acolhimento Residencial	17
Capítulo 3 - Educação Social e a Função do Profissional no Âmbito Residencial	19
3.1 Educação Social: Das Ideias aos Desafios	19
3.2 Papel e Competências do Educador Social	21
Capítulo 4 – Segurança na utilização da <i>Internet</i> por crianças e jovens	23
4.1 Segurança na <i>Internet</i>	23
4.1.1 Definição e Importância	23
4.1.2 Riscos <i>Online</i>	24
4.1.3 Pensamento crítico na era digital	25
4.1.4 Utilização Problemática da <i>Internet</i> (UPI)	27
4.1.5 Iniciativas e projetos em Portugal: <i>Internet</i> Segura	28
PARTE 2: Enquadramento Contextual e Metodológico do Estágio Curricular	31
Capítulo 5 - A Instituição de Estágio Curricular: Lar de Santa Estefânia.....	32
5.1 História da Instituição.....	32
5.2 Recursos Humanos e Caracterização das Equipas da Casa de Acolhimento	33
5.3 Áreas de Intervenção	34
5.4 Caracterização das crianças e jovens da CA e as suas rotinas	36
5.5 Identificação de interesses/prioridades da instituição	38
Capítulo 6 - Projeto de Intervenção Socioeducativa no Acolhimento Residencial.....	39
6.1 Diagnóstico: Análise de necessidades	39
6.2 Planificação	41
6.3 Calendarização	42
6.4 Objetivos	43
6.5 Participantes.....	44
6.6 Descrição do projeto	48

6.7	Estratégias de intervenção utilizadas	48
6.8	Atividades desenvolvidas.....	49
6.9	Avaliação/resultados.....	58
Capítulo 7 – Atividades Complementares		68
7.1	Atividades de suporte de organização de vida diária e de promoção do bem-estar emocional e social	69
7.2	Atividades associadas a períodos celebrações festivas	70
7.3	Atividades de lazer.....	71
Considerações Finais		72
Referências Bibliográficas.....		77
Apêndices.....		81

Introdução

O presente relatório surge no âmbito do estágio curricular do Mestrado em Ciências da Educação da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (FPCEUC), sob a orientação da Professora Doutora Maria da Piedade Simões Pessoa Vaz Rebelo. Este estágio decorreu na Casa de Acolhimento do Lar de Santa Estefânia, em Guimarães, ao longo de um ano letivo, totalizando 974 horas de trabalho, com supervisão local da Dr.^a Carla Patrícia Guimarães. A intervenção realizada focou-se na sensibilização de adolescentes sobre os riscos do uso inadequado da *Internet*, com o objetivo de promover uma navegação segura e responsável, capacitando-os a fazer escolhas informadas e éticas.

O relatório está dividido em duas partes, compreendendo um total de sete capítulos.

A primeira parte, intitulada "Enquadramento Teórico", é composta por quatro capítulos.

O Capítulo 1 - Crianças e Jovens: Direitos, Promoção e Proteção, aborda o enquadramento histórico-legal do sistema de proteção, incluindo, as instituições de apoio e proteção na área da infância e juventude, bem como as medidas de promoção e proteção atualmente vigentes em Portugal.

Já o Capítulo 2 - Acolhimento Residencial de Crianças e Jovens: Enquadramento Teórico-Legal em Portugal, dando continuidade ao tema anterior, foca-se especificamente no acolhimento residencial, detalhando os seus termos legais, as diferentes tipologias existentes, os perfis das crianças e jovens acolhidos/as no sistema de proteção e promoção, através da análise do relatório de Caracterização Anual da Situação de Acolhimento das Crianças e Jovens (CASA), e descrevendo o processo de acolhimento, desde a sinalização até à intervenção.

O Capítulo 3 - Educação Social e a Função do Profissional no Âmbito Residencial, discute o conceito de Educação Social (ES) e a função dos profissionais nesta área, com particular ênfase no contexto residencial, clarificando as suas responsabilidades e atribuições.

O Capítulo 4, o último da primeira parte - Segurança na utilização da *Internet* por crianças e jovens, explora a importância da segurança *online*, os riscos associados ao uso da *Internet*, a necessidade de um pensamento crítico na era digital, a Utilização Problemática da *Internet* (UPI), bem como as iniciativas e projetos em Portugal, como a *Internet Segura*, que visam promover a navegação segura.

A segunda parte, "Enquadramento Contextual e Metodológico do Estágio Curricular", é composta por três capítulos.

O Capítulo 5 - A Instituição de Estágio Curricular: Lar de Santa Estefânia, apresenta a história da instituição de acolhimento, descrevendo os recursos humanos e as equipas da Casa de Acolhimento, as áreas de intervenção, as características das crianças e jovens acolhidos, as suas rotinas diárias, e as prioridades da instituição.

O Capítulo 6 - Projeto de Intervenção Socioeducativa no Acolhimento Residencial, descreve detalhadamente a intervenção realizada sobre comportamentos de risco na *Internet*, abordando o diagnóstico das necessidades, a planificação, calendarização, objetivos, participantes, descrição do projeto, atividades desenvolvidas, avaliação dos resultados assim como estratégias de intervenção utilizadas.

Por fim, o Capítulo 7 – Atividades Complementares, aborda um conjunto diversificado de atividades essenciais para o desenvolvimento integral dos indivíduos. Este capítulo foca em quatro áreas principais: atividades de suporte de organização de vida diária e de promoção do bem-estar emocional e social, que visam auxiliar na gestão eficiente do dia a dia, promovendo o bem-estar físico e mental; atividades associadas a períodos de celebrações festivas, que fomentam o espírito de comunidade e tradição, proporcionando momentos de alegria e união; e atividades de lazer, que são cruciais para o equilíbrio entre a vida pessoal e profissional, contribuindo para a redução do stress e melhoria da qualidade de vida.

O relatório de estágio é concluído com as considerações finais e uma reflexão, baseadas nas apreciações sobre todo o processo de estágio que dita momentos de introspeção, seguidas dos apêndices, que incluem todos os materiais, recursos e avaliações produzidos durante a intervenção.

PARTE 1: Enquadramento Teórico

Capítulo 1 - Crianças e Jovens: Direitos, Promoção e Proteção

A promoção e proteção dos direitos das crianças e jovens em Portugal são fundamentais e estão ancoradas numa série de leis e instituições. A Convenção sobre os Direitos da Criança da ONU, ratificada por Portugal em 1990, fornece uma base legal sólida para essa proteção. Além disso, instituições nacionais como o Instituto de Apoio à Criança desempenham papéis cruciais na implementação de políticas e serviços. (UNICEF Portugal, 2020; Instituto de Apoio à Criança, 2021).

No entanto, ainda persistem desafios significativos, como a pobreza infantil, acesso desigual a serviços essenciais e casos de violência doméstica e abuso infantil. A pandemia de COVID-19 exacerbou muitos desses problemas, destacando a necessidade de políticas mais eficazes. (Ferreira & Almeida, 2022).

Para enfrentar esses desafios, têm sido implementadas várias intervenções e políticas públicas, incluindo programas de assistência social, educação inclusiva e campanhas de sensibilização. No entanto, é essencial avaliar e aprimorar constantemente essas políticas para garantir que atendam às necessidades das crianças e jovens portugueses. (Oliveira, 2021).

Um aspeto crucial é a participação ativa das crianças e jovens nos processos de decisão que os/as afetam. Fortalecer a sua participação e empoderamento é essencial para garantir que os seus direitos sejam respeitados e protegidos de forma eficaz. (Cruz & Matos, 2023).

Segundo a Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens (CNPDPJ), organismo central na garantia dos direitos das crianças e jovens em Portugal, a proteção e promoção desses direitos exigem uma abordagem multifacetada e coordenada. A CNPDPCJ desempenha um papel fundamental na articulação entre diversas entidades e na monitorização das políticas e medidas implementadas.

As questões levantadas anteriormente, como a pobreza infantil, acesso desigual a serviços essenciais e violência doméstica, estão no centro das preocupações da CNPDPCJ. Através da sua atuação, são desenvolvidas estratégias para enfrentar esses desafios, incluindo a sensibilização da sociedade civil, a formação de profissionais e a implementação de programas de intervenção direta.

A CNPDPCJ também enfatiza a importância da participação das crianças e jovens nas decisões que os afetam, promovendo espaços e mecanismos para que possam expressar as suas opiniões e contribuir ativamente para a definição de políticas e práticas.

Assim, a interligação entre as ações da CNPDPCJ e as políticas públicas mencionadas anteriormente é crucial para garantir uma abordagem integrada e eficaz na promoção e proteção dos direitos das crianças e jovens em Portugal.

1.1 Instituições de Apoio e Proteção

De acordo com a Lei n.º 23/2023, que constitui a quinta alteração ao Decreto-Lei n.º 147/99, no contexto da proteção dos direitos das crianças e jovens em Portugal, as Instituições de Apoio e Proteção referem-se a entidades responsáveis por acolher crianças e jovens em situação de perigo, proporcionando medidas de proteção, acompanhamento psicopedagógico, apoio económico e as condições necessárias para garantir a sua autonomia e integração na sociedade. Estas instituições desempenham um papel fundamental na implementação de programas de autonomização e na promoção do bem-estar e desenvolvimento integral desses indivíduos, conforme previsto na legislação.

A referida lei procura promover a proteção e autonomização de crianças e jovens em situação de perigo, introduzindo alterações à Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo. Destacam-se duas principais medidas: a retoma das medidas de acolhimento para crianças que cessaram as medidas por vontade própria, garantindo apoio até aos 21 anos (e até 25 anos em casos especiais), e a criação de programas de autonomização com suporte económico, social, habitacional e técnico para preparar a transição para a vida adulta. A lei entrará em vigor com o Orçamento do Estado subsequente à sua publicação, sendo aprovada em 14 de abril de 2023 e promulgada em 12 de maio de 2023.

As Instituições de Apoio e Proteção são responsáveis por implementar estas medidas de acordo com a legislação, promovendo o bem-estar, a proteção e o desenvolvimento saudável das crianças e jovens em situação de vulnerabilidade, com base em critérios de qualidade, pessoal qualificado e supervisão estabelecidos pela lei.

Assim, estas Instituições, que podem incluir desde serviços de acolhimento residencial até centros de apoio psicossocial, desempenham um papel crucial na promoção da proteção, autonomização e integração social de crianças e jovens em situação de perigo em Portugal, conforme delineado na Lei n.º 23/2023. Elas atuam de forma direta e personalizada, garantindo a participação ativa dos acolhidos na definição de suas necessidades e na avaliação dos serviços prestados para garantir o seu bem-estar e desenvolvimento saudável, conforme orienta a legislação em questão.

1.2 Padrões de Promoção e Proteção

Na Lei n.º 23/2023, os "Padrões de Promoção e Proteção" referem-se a diretrizes e critérios estabelecidos para promover o bem-estar, autonomização e proteção de crianças e jovens em situação de risco. Estes padrões são estabelecidos através de medidas concretas, tais como a retoma das medidas de acolhimento e a implementação de programas de autonomização, com o objetivo de garantir apoio económico, social, habitacional e técnico necessários para preparar a transição destes indivíduos para a vida adulta de forma autónoma e integrada na sociedade.

Como mencionado anteriormente, o marco legislativo que estabelece estes padrões é a Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo, em particular, a Lei n.º 23/2023, que procede à quinta alteração a esta lei. Os princípios orientadores desta legislação incluem o direito à reversão das medidas de acolhimento por vontade própria, o apoio contínuo até aos 21 anos (e em casos especiais até aos 25 anos) e a criação de programas de autonomização personalizados para cada situação.

Desta forma, os padrões de promoção e proteção estabelecidos na Lei n.º 23/2023 contribuem para assegurar um acompanhamento adequado e abrangente às crianças e jovens em situação de perigo, visando uma transição segura e bem-sucedida para a vida adulta, com base na garantia do seu bem-estar, autonomia e integração social. Este enfoque na promoção de medidas de proteção e autonomização reflete o compromisso do sistema legal em proporcionar um ambiente seguro e favorável ao desenvolvimento saudável e pleno destes indivíduos.

Capítulo 2 - Acolhimento Residencial de Crianças e Jovens:

Enquadramento Teórico-Legal em Portugal

2.1 Perspetiva do Acolhimento Residencial

O Acolhimento Residencial de Crianças e Jovens é uma área fundamental no âmbito da proteção e promoção dos direitos da infância e juventude. Este tipo de acolhimento destina-se a crianças e jovens que se encontram em situação de vulnerabilidade social, afastadas do convívio familiar por decisão judicial ou por outras circunstâncias que impeçam a permanência no seio familiar.

Com a adição dos artigos 63.º -A e 63.º -B à legislação existente, a lei n.º 23/2023 abrange tanto as bases legais do acolhimento residencial, com direitos e deveres definidos para as partes envolvidas, quanto a sua operacionalização prática. Isso inclui a garantia

de condições econômicas, sociais, habitacionais e acompanhamento técnico necessários para a autonomização das crianças e jovens acolhidos, visando sua integração na sociedade com progressiva autonomia e suporte psicopedagógico e social. A lei visa, assim, promover a proteção e o desenvolvimento adequado desses indivíduos, desde a legislação até a aplicação prática das medidas de proteção e apoio.

Para compreender melhor esse contexto, a obra de Carvalho (2013), "Sistema Nacional de Acolhimento de Crianças e Jovens", é uma referência relevante. Neste livro, são abordadas questões essenciais sobre o acolhimento institucional, desde a sua história até às suas práticas atuais. A autora analisa o papel das instituições de acolhimento, os desafios enfrentados pelos profissionais que nelas trabalham e as políticas públicas que orientam esse campo.

Além da legislação e da literatura especializada, é importante considerar também a perspectiva prática do Acolhimento Residencial. Isso envolve entender as dinâmicas familiares das crianças e jovens acolhidos, as necessidades emocionais e educacionais que devem ser atendidas, assim como os desafios enfrentados pelas equipas técnicas que trabalham nesses contextos.

De acordo com os artigos 67.º, 69.º e 70.º da Constituição da República Portuguesa, o Estado e a sociedade têm o dever de proteger a família, as crianças e os jovens, visando o seu desenvolvimento integral. Especial atenção é dada à promoção e proteção das crianças ou jovens em situação de abandono, privados de um ambiente familiar normal ou órfãos. Essa responsabilidade pode se manifestar através do sistema nacional de acolhimento, conforme descrito por Carvalho (2013).

O acolhimento residencial envolve de fato a colocação da criança ou jovem sob os cuidados de uma entidade que disponha de instalações, equipamentos e recursos humanos adequados, conforme definido pela Lei n.º 23/2023, como uma das medidas de proteção e apoio contempladas. Mais precisamente no Artigo 63.º -B, menciona-se que as comissões de proteção, no âmbito da previsível cessação das medidas nos termos dos artigos 63.º e 63.º -A, estabelecem um programa de autonomização que garanta à criança ou jovem em acolhimento, pelo período adequado a cada situação, as condições económicas, sociais, habitacionais e de acompanhamento técnico necessário, até à cessação definitiva das medidas. Isso sugere que o acolhimento residencial pode ser uma das formas de acolhimento contempladas dentro do contexto da legislação, proporcionando as condições necessárias para o desenvolvimento e autonomia das crianças e jovens em situação de perigo.

Bullock (citado por Carvalho, 2013) defende que o acolhimento de crianças e jovens deve ser considerado um direito quando há sinais significativos de necessidade. Em Portugal, no entanto, é considerado uma medida de último recurso, transitória, com o objetivo de salvaguardar o superior interesse da criança e afastá-la de situações de perigo.

A medida de acolhimento residencial visa, primordialmente, a reintegração da criança ou jovem na sua família biológica ou meio natural de vida. Quando isso não é possível, prepara-se a transição para a autonomia, com a possibilidade de adoção ou apadrinhamento civil, conforme estabelecido pela Lei n.º 164/2019. Para cada projeto de vida, é necessário definir indicadores de intervenção.

A reunificação familiar requer uma estreita coordenação entre a família e o sistema de acolhimento, com responsabilidades divididas e intervenção educativa com a família. Para a emancipação e independência, é crucial desenvolver habilidades úteis para o futuro, com acompanhamento até à maioridade e apoio na escolha de estudos ou entrada no mercado de trabalho (Bravo & Valle, 2009). A inclusão da criança ou jovem noutra família exige a preparação de todo o contexto, desde a criança/jovem até à família de acolhimento ou adoção, através de um protocolo gradual de inclusão familiar (Bravo & Valle, 2009).

O acolhimento residencial evoluiu ao longo do tempo, com diferentes tipologias de intervenção. Segundo Carvalho (2013), as respostas incluem unidades de emergência, casas de acolhimento de emergência, CAT, lares de infância e juventude, apartamentos de autonomização, e centros de apoio à vida ou lares residenciais. Os CAT proporcionam acolhimento temporário e urgente durante até seis meses, enquanto os lares de infância e juventude (LIJ) atendem a situações de perigo com uma medida de proteção superior a seis meses (Carvalho, 2013). Os Apartamentos de Autonomização (AA) apoiam a transição para a vida adulta de jovens com competências específicas, promovendo a autonomia individual (Carvalho, 2013). Apesar das alterações na terminologia estabelecidas pela Lei n.º 26/2018, ainda se mantêm em uso as designações CAT e LIJ.

Independentemente da resposta adotada, é responsabilidade de todo o sistema de promoção e proteção satisfazer as necessidades das crianças e jovens, promovendo o seu desenvolvimento físico, emocional, social e educacional, visando a sua plena integração em diferentes esferas da vida (Direção-Geral da Segurança Social, 2020).

Segundo Miller (citado por Santos, 2014), o sistema residencial requer a interligação de três subsistemas: atendimento às necessidades básicas, promoção da autonomia e independência, e intervenção técnica para apoio psicológico. Para garantir o

funcionamento adequado do acolhimento residencial, o Instituto da Segurança Social (2010) estabelece requisitos específicos de pessoal para cada centro.

A equipa educativa desempenha um papel fundamental na integração das crianças e jovens na sociedade, proporcionando oportunidades de participação em várias atividades comunitárias (Carneiro et al., 2005). De acordo com Jackson e Hojer (2013), a educação é a melhor forma de prevenir comportamentos desviantes e promover o desenvolvimento saudável das crianças e jovens acolhidos.

2.2 Paradigmas no Acolhimento Residencial - Relatório CASA

O relatório "CASA 2021 - Relatório de Caracterização Anual da Situação de Acolhimento das Crianças e Jovens" proporciona uma análise abrangente das dinâmicas do sistema de acolhimento em Portugal. Destaca-se um notável aumento no acolhimento familiar, com um crescimento de 6% em 2020 e 11% em 2021, o maior em 15 anos. Além disso, enfoca-se a implementação efetiva de projetos de promoção e proteção, fundamentados nos princípios da individualização e da prontidão temporal para a criança.

Uma visão global do sistema de acolhimento é delineada, incluindo uma análise comparativa de indicadores de 2016 a 2021. A caracterização anual da situação de acolhimento das crianças e jovens realça a importância da segurança relacional e material nas famílias de acolhimento. O documento oferece dados estatísticos sobre o número de crianças e jovens em diferentes formas de acolhimento, como acolhimento permanente, adoção e medidas em meio natural de vida.

O público-alvo principal da análise abrange crianças e jovens, com idades entre 0 e 24 anos, que estão ou estiveram em situação de acolhimento. Detalhes sobre a situação jurídica, período de acolhimento e aplicação de medidas de promoção e proteção são discutidos. O relatório também examina as famílias de acolhimento, assim como as várias formas de casas de acolhimento, desde residências generalistas até especializadas e apartamentos de autonomização. Essa análise fornece percepções cruciais sobre a situação e as necessidades desses jovens dentro do sistema de acolhimento.

Quanto às situações de perigo que resultaram no acolhimento, 14.495 casos foram identificados em 01 de novembro de 2021, com negligência representando 70% das ocorrências, seguida por outras formas de perigo, mau trato psicológico, mau trato físico e violência sexual, em proporções menores.

A distribuição de crianças e jovens em acolhimento varia por distrito/região autónoma, refletindo diferenças na necessidade e capacidade de acolhimento. Abaixo

estão os números de crianças e jovens em acolhimento, comparados com a população total de crianças e jovens (0-24 anos), por distrito/região autónoma:

- Distrito de Lisboa: Recebeu 1.299 crianças e jovens em acolhimento, representando 0,23% da população total do distrito.
- Distrito do Porto: Acolheu 997 crianças e jovens, totalizando 0,24% da população total nesse distrito.
- Distrito de Coimbra: Com 416 crianças e jovens em acolhimento, representando 0,49% da população total.
- Distrito de Braga: Registrando 406 crianças e jovens em acolhimento, o equivalente a 0,19% da população total.

Além disso, o relatório enfatiza a importância de promover direitos e proteger crianças e jovens em situação de acolhimento, garantindo suas necessidades físicas, psicológicas, sociais, económicas e culturais. Questões como a participação dos jovens no processo de acolhimento, adaptações durante a pandemia de COVID-19, reintegração familiar e independência dos jovens que deixam o sistema de acolhimento são discutidas. São ressaltadas também a importância de programas de capacitação parental, o desenvolvimento de projetos alternativos de promoção e proteção, e a necessidade de preparação adequada para a transição dos jovens, considerando suas experiências individuais.

2.3 Fases de Acolhimento Residencial

De acordo com o artigo 13.º do Decreto-Lei n.º 164/2019 de 25 de outubro, que se mantém atualizada a informação na Lei n.º 23/2023, o processo de integrar uma criança ou jovem num ambiente de acolhimento residencial pode ser planeado ou urgente, dependendo das circunstâncias. A integração planeada envolve preparação, envolvimento e comunicação, enquanto a integração urgente ocorre em situações de emergência, como as descritas no artigo 91.º da LPCJP.

Aspetos a ter em conta, tanto numa integração planeada como numa urgente, incluem a avaliação do plano de intervenção anteriormente definido e implementado em contexto natural ou em intervenções anteriores, bem como as necessidades específicas da criança ou jovem em relação à manutenção das suas rotinas, atividades, apoios e contactos com pessoas de referência. O objetivo é garantir uma preparação adequada e atender às necessidades dos menores, independentemente da integração ser planeada ou urgente. (Decreto-Lei n.º 164/2019)

O processo de acolhimento residencial de crianças ou jovens, conforme definido no Decreto-Lei n.º 164/2019, engloba várias etapas cruciais para garantir a prestação de cuidados adequados, intervenção e acompanhamento durante o período de acolhimento.

Inicialmente, há a fase de preparação, acolhimento e avaliação diagnóstica. Neste estágio, a criança ou jovem é informada sobre a medida de acolhimento residencial e preparada para a transição para a casa de acolhimento. Além disso, é realizada uma avaliação diagnóstica das suas necessidades. Segue-se a etapa de elaboração e concretização do plano de intervenção individual. Aqui, é desenvolvido um plano personalizado com objetivos específicos e estratégias de atuação para atender às necessidades da criança ou jovem em acolhimento. Após a elaboração do plano, procede-se à execução e avaliação do mesmo. Durante esta fase, o plano de intervenção individual é implementado, e é realizada uma avaliação regular do progresso e impacto das intervenções realizadas. Posteriormente, há a fase de revisão da medida. Esta etapa implica a avaliação periódica da eficácia do plano de intervenção individual, assim como a análise da evolução da situação da criança ou jovem para eventuais ajustes necessários na intervenção. Por fim, temos a fase de cessação do acolhimento. Esta envolve a transição da criança ou jovem de volta para a família de origem, meio natural de vida, autonomia de vida, ou em direção à adoção ou apadrinhamento civil, sempre respeitando o seu superior interesse. Estas diferentes fases formam um processo estruturado e abrangente que visa garantir o bem-estar e o desenvolvimento integral das crianças e jovens em situação de vulnerabilidade durante o período de acolhimento. (Decreto-Lei n.º 164/2019)

Além das fases do acolhimento residencial, o processo de sinalização à intervenção envolve diversas etapas fundamentais, conforme estipulado no Decreto-Lei n.º 164/2019.

É essencial a participação da criança ou jovem em todo o processo, levando em conta a sua idade e maturidade. Isso permite que partilhem as suas opiniões e contribuam para o plano de intervenção individual.

Outro aspeto crucial é a integração com outras entidades. É necessário estabelecer colaboração e articulação entre as diversas entidades envolvidas, como a entidade que aplicou a medida, o gestor do processo e a instituição de acolhimento, garantindo uma abordagem sistémica e eficaz.

A avaliação contínua é uma prática vital. A execução da medida e os seus resultados devem ser avaliados regularmente, considerando o projeto de promoção e

proteção, e incluindo a opinião da criança ou jovem, da família de origem e da equipa técnica da casa de acolhimento.

Por último, é importante preparar a criança ou jovem para transições, como o regresso à família de origem, autonomia de vida, adoção ou apadrinhamento civil. Garantir o apoio necessário após a cessação da medida de acolhimento é fundamental para promover uma transição bem-sucedida. (Decreto-Lei n.º 164/2019)

Desta forma, com base no Decreto-Lei n.º 164/2019, que regula o acolhimento residencial de crianças e jovens em Portugal, destaca-se a preocupação com o bem-estar e desenvolvimento integral destes, promovendo cuidados adequados, autonomia, integração social e desenvolvimento de competências pessoais e sociais. O documento enfatiza a individualização da intervenção, adequação às necessidades específicas de cada criança ou jovem, promoção da normalização do quotidiano, e garantia da participação e audição dos mesmos nos processos e decisões que os afetam. São também estabelecidos deveres para a criança ou jovem em acolhimento e para a família de origem, visando o cumprimento dos acordos de promoção e proteção, a colaboração com as entidades responsáveis e o respeito pelas normas e rotinas da casa de acolhimento.

Em resumo, o Decreto-Lei n.º 164/2019 define princípios orientadores, fases do acolhimento, deveres da criança, do jovem e da família de origem, bem como estabelece critérios para garantir a qualidade e eficácia do acolhimento residencial, visando sempre o superior interesse e o desenvolvimento integral das crianças e jovens em situação de vulnerabilidade.

Capítulo 3 - Educação Social e a Função do Profissional no Âmbito Residencial

3.1 Educação Social: Das Ideias aos Desafios

A Educação Social (ES), conforme discutida no artigo de Andrés Soriano Díaz (2006), pode ser compreendida como um campo interdisciplinar que se situa na interseção entre o educativo e o social. Segundo o autor, a Educação Social envolve tanto a socialização dos indivíduos como a intervenção prática para lidar com problemas sociais e de inadaptação, além de abranger os aspetos educativos do trabalho social (Díaz, 2006). De acordo com Díaz (2006), a Educação Social é fundamentada em uma perspetiva teórico-prática, visando a integração dos indivíduos na sociedade e capacitando-os para conviver em comunidade, promovendo o desenvolvimento pessoal e a capacidade crítica

para melhorar e transformar seu meio. Nesse sentido, a Educação Social atua não apenas na esfera tradicional de competências, mas também nas novas necessidades emergentes da realidade em constante mudança, conforme respaldado por textos legais internacionais e nacionais que incorporam a filosofia das políticas sociais de cada país. Além disso, a Educação Social, como abordada por Díaz (2006), está intrinsecamente ligada à evolução histórica da pedagogia social, que teve influências desde os primeiros pensadores como Platão e Rousseau até os teóricos contemporâneos, destacando diferentes etapas na Alemanha, como o surgimento da Pedagogia Social em resposta aos problemas sociais resultantes da crise belicista na Europa. Portanto, a Educação Social, conforme o entendimento apresentado por Díaz, consiste em uma ciência pedagógica que se dedica à socialização, à integração social dos indivíduos, ao desenvolvimento de competências para convivência em comunidade e à intervenção prática nas questões sociais e de inadaptação, sendo embasada em uma reflexão teórica que responde às demandas da realidade atual e às necessidades dos indivíduos e da sociedade.

Em Portugal, a Educação Social surgiu em resposta à industrialização e aos problemas sociais decorrentes dessa transição (Correia et al., 2014). A profissão da Educação Social evoluiu ao longo do tempo, passando de uma abordagem técnica e recreativa para uma perspectiva de intervenção social e pedagógica. Esta mudança refletiu-se nos desafios dos educadores sociais portugueses, que enfrentam questões como a definição clara da identidade profissional, a diversidade de contextos de trabalho e populações atendidas, e a necessidade de uma formação rigorosa e contínua para se adaptarem a novos desafios e realidades.

De acordo com a bibliografia apresentada no artigo mencionado, autores como Azevedo (2011) e Timóteo (2013) abordam a evolução da identidade profissional dos educadores sociais em Portugal, destacando a importância da formação rigorosa e contínua para incorporar novos saberes e posturas. Além disso, autores como Pérez Serrano (2009) e Delgado (2006) discutem a relação entre Pedagogia Social e Educação Social, ressaltando a necessidade de ação transformadora e participação social ativa. Portanto, a Educação Social em Portugal enfrenta desafios que vão desde a definição clara da identidade profissional até a necessidade de adaptar-se às exigências de uma sociedade em constante transformação, refletindo a importância de uma abordagem ética, crítica e inovadora para atender às necessidades e desafios atuais.

Desta forma, a Educação Social refere-se a todas as formas de prática educativa e pedagógica desenvolvidas no contexto social e no âmbito de estratégias de educação não

formal ((APTSES), 2020). A aprendizagem ao longo da vida é destacada como um elemento fundamental, possibilitando olhar para todos os espaços de vida como potenciais espaços de aprendizagem (Ferreira, 2008). A partir da relação entre "Pedagogia Social" e "Educação Social", o autor consolida o exercício profissional do Técnico Superior de Educação Social, que procura exercer as suas funções e competências com base na Pedagogia Social como matriz disciplinar específica. (Sáez e Molina, 2006).

Em suma, a Educação Social assume-se como uma disciplina interdisciplinar crucial, tanto a nível teórico como prático, na abordagem dos desafios sociais e na promoção da integração dos indivíduos na sociedade. Desde as suas origens históricas até à sua aplicação contemporânea, a sua relevância cresce à medida que as sociedades evoluem e enfrentam novas exigências. Em Portugal, tal como noutros contextos, a profissão dos educadores sociais está em constante evolução, requerendo formação contínua e uma abordagem ética e inovadora para enfrentar os desafios presentes e futuros. Assim, a reflexão teórica e prática, aliada ao compromisso com a transformação social, são fundamentais para assegurar que a Educação Social desempenhe o seu papel na construção de comunidades mais justas e inclusivas.

3.2 Papel e Competências do Educador Social

Segundo a autora Maria Mateus (2012), no artigo "O educador social na construção de pontes socioeducativas contextualizadas", a Educação Social desempenha um papel crucial na construção de pontes socioeducativas em diferentes contextos, incluindo o âmbito residencial. Este atua como mediador entre os sujeitos e a comunidade, desempenhando um papel importante na integração social positiva nos espaços onde atua. Este papel é descrito como essencial na construção de pontes socioeducativas, atuando como mediador e catalisador de mudanças sociais e educativas. O educador social proporciona, assim, um papel importante ao proporcionar integração social positiva, orientado por critérios de competência profissional baseados em metodologias e técnicas de intervenção social. A sua prática é orientada por critérios de competência profissional baseada em metodologias e técnicas de intervenção social, sendo descrito como um profissional que lida com problemas, conflitos e dilemas éticos.

Quanto às competências do educador social, destacadas pelos autores, incluem a necessidade de adquirir competências formais e não formais, capacidade de reflexão, ação e reflexão, habilidades interpessoais, estratégicas e instrumentais. É salientada a importância da formação contínua, competências de adaptação à diversidade dos

contextos sociais e a capacidade de intervir de forma eficaz e inovadora. Além disso, é enfatizada a importância da identidade profissional, construída através da reflexão constante, adaptação às necessidades sociais e capacidade de narrar experiências visando ao reconhecimento e respeito na profissão.

Com base no artigo, podemos observar que, no contexto residencial, o educador social pode atuar como um interlocutor privilegiado, orientando a resolução de problemas vivenciados pelas pessoas nesse ambiente. Ele é descrito como um dinamizador de grupos, capaz de lidar com aspectos emocionais, afetivos e práticos existentes em contextos residenciais, promovendo estratégias contextualizadas e criando pontes socioeducativas com o apoio da teoria e da prática.

Além disso, a formação contínua é destacada como fundamental para o educador social acompanhar a evolução da sociedade e desenvolver competências necessárias para atuar de forma eficaz e inovadora nos contextos residenciais. A capacidade de reflexão constante, o desenvolvimento de competências instrumentais, interpessoais e estratégicas, são habilidades essenciais para garantir um desempenho profissional de qualidade no âmbito residencial, bem como em outras áreas de intervenção da Educação Social. (Mateus, 2012)

É importante mencionar a necessidade de uma abordagem holística e empática por parte do educador social ao lidar com indivíduos em situações vulneráveis. Considerando a complexidade dos contextos sociais atuais, é fundamental que o educador social esteja atualizado com as mudanças e desafios da sociedade, desenvolvendo habilidades de adaptação, inovação e resolução de problemas de forma criativa e eficaz. A promoção da cidadania, a defesa dos direitos humanos e a procura por justiça social também devem ser aspectos centrais na atuação do educador social.

Borda Cardoso (2012), afirmou que a postura ética, o compromisso com a inclusão social e a capacidade de defesa dos direitos são essenciais para o fortalecimento de uma sociedade mais equitativa e justa. Portanto, a contínua reflexão, o aprimoramento das competências profissionais e a consolidação da identidade narrativa e ética do educador social são aspectos cruciais para garantir uma intervenção eficaz e significativa nos diversos contextos em que atua. (Carvalho e Baptista, 2004, citado por Mateus, 2012)

Capítulo 4 – Segurança na utilização da *Internet* por crianças e jovens

4.1 Segurança na *Internet*

4.1.1 Definição e Importância

A adolescência, que abrange o período entre os 10 e os 19 anos, e a juventude, que se estende dos 15 aos 24 anos, são fases cruciais da vida (Prior et al., 2001). Durante estas etapas, ocorrem não apenas mudanças fisiológicas, mas também a formação da identidade, resultante das interações entre as dimensões biológica e social ao longo da vida. Este período é caracterizado por instabilidade, dúvidas e curiosidades (Diorio et al., 2017). É também nesta fase que muitos jovens têm os primeiros contactos com o mundo *online*, descobrindo e experimentando novas coisas. As redes sociais desempenham um papel importante, permitindo aos adolescentes estabelecer novas relações e interações sociais e construir a sua identidade (Rosado et al., 2014).

No complexo, ativo e dinâmico processo de socialização, os indivíduos assimilam valores, modos de vida, crenças, representações de papéis sociais e modelos de comportamento. No entanto, as sociedades contemporâneas estão a passar por diversas mudanças, em grande parte impulsionadas pelo surgimento dos meios de comunicação e, mais especificamente, pela *Internet* (Belloni, 2007).

A relação entre crianças, jovens e a *Internet* torna-se cada vez mais relevante na era digital, com a conectividade tecnológica a tornar-se uma parte intrínseca das suas vidas. Segundo Lévy (1993), as novas mídias, como a *Internet*, possuem uma natureza paradigmática que incentiva o desenvolvimento de habilidades cognitivas em crianças e adolescentes. Apesar de o avanço tecnológico proporcionar inúmeras oportunidades para os jovens, também traz consigo um conjunto de receios e desafios para os educadores. A intersecção entre educação e comunicação destaca a importância de cultivar tais habilidades nas crianças e adolescentes, para que naveguem com segurança no mundo *online* (Guedes, 2013).

Nelson Vieira (2008) sublinha a importância de desenvolver uma literacia da *Internet* que promova uma abordagem independente, crítica e responsável por parte das crianças e jovens. Isto envolve apreciar plenamente os recursos oferecidos pela *Internet*, evitando as suas armadilhas e criando um ambiente mais seguro para o uso *online*. Além disso, é essencial educar as crianças para terem uma atitude informada e responsável perante o uso da *Internet*, tanto dentro como fora do ambiente escolar. É fundamental que

façam escolhas informadas, exerçam os seus direitos de participação e se tornem atores efetivos e criativos no ambiente *online*.

Desta forma, a literacia da *Internet* não aborda apenas o acesso e a compreensão da informação *online*, mas também capacita os utilizadores a tornarem-se produtores ativos de conteúdo, melhorando a interatividade e a participação *online*. A combinação entre literacia e segurança é crucial para proporcionar condições seguras e criativas, permitindo que crianças e jovens utilizem a *Internet* de maneira plena e livre de riscos.

Portanto, garantir a segurança na utilização da *Internet* por crianças e jovens é fundamental. Educar para a literacia digital e promover uma abordagem crítica e responsável são passos essenciais para aproveitar as oportunidades oferecidas pela *Internet* enquanto se evitam os seus riscos.

4.1.2 Riscos *Online*

A *Internet* tornou-se parte integrante do quotidiano dos adolescentes, sendo este o grupo que mais acede a este meio de comunicação. Os adolescentes estão cientes das múltiplas utilidades da *Internet*, como a rapidez, a economia, a possibilidade de conhecer novas pessoas e aumentar o círculo de amigos. No entanto, este meio também pode comprometer a vida social dos utilizadores, uma vez que apresenta várias desvantagens. Os adolescentes reconhecem os perigos, tais como: contacto com pornografia, acesso a conteúdos violentos ou ofensivos, possibilidade de encontrar pessoas desonestas, *cyberbullying*, perda de privacidade e risco de extorsão (Nuernberg & Gonçalves, 2012).

Há uma vasta gama de efeitos prejudiciais associados à dependência da *Internet*, incluindo dificuldades de sono, redução da produtividade nas atividades quotidianas, comprometimento das relações sociais, alterações no rendimento escolar, perturbações do humor, ansiedade, depressão e prejuízos para a saúde mental (Portugal & Souza, 2020). A *Internet* é cada vez mais utilizada como um espaço para exposição da vida e opiniões, através da partilha de fotografias, vídeos e comentários. Um dos perigos associados ao uso inadequado da *Internet* é o *cyberbullying*, que surge devido à falta de controlo dos conteúdos publicados, gerando discussões entre os jovens e a sociedade (Besserra et al., 2016).

Silva e Silva (2017) destacam que os adolescentes podem desenvolver problemas comportamentais como resultado da dependência da *Internet* e, especificamente, das redes sociais, tais como o sedentarismo e a exposição a conteúdos pornográficos. É preocupante quando os adolescentes expõem e registam imagens e informações privadas

através dos seus dispositivos, tornando-as acessíveis ao público e a desconhecidos (Eisenstein & Estefenon, 2011). É crucial que os adolescentes sejam capazes de avaliar criticamente os conteúdos, reconhecer possíveis perigos e proteger-se deles (Fichtner, 2015).

Nelson Vieira (2008) destaca que as crianças são vulneráveis a riscos *online* devido ao seu desenvolvimento cognitivo e social frágil, o que pode ser agravado pela exposição a conteúdos potencialmente prejudiciais e perigosos na *Internet*. Questões como o acesso ingénuo ou arriscado a conteúdos e contactos *online*, a dificuldade de avaliar recursos *online* e o envio de mensagens problemáticas são desafios que crianças e pais precisam enfrentar. Além disso, o autor ressalta a importância de educar as crianças para ter uma abordagem informada e responsável ao usar a *Internet*, capacitando-as a fazer escolhas conscientes, exercer os seus direitos de participação e se tornarem atores efetivos e criativos no ambiente *online*.

Conforme Strassberg e colaboradores (2017), uma vez que uma imagem é publicada na *Internet*, o autor perde o controlo sobre quem terá acesso a ela. Esta prática pode constituir um risco social, com amplas repercussões em diversos contextos de desenvolvimento, podendo levar a represálias, condenações morais, assédio e intimidação, entre outros danos psicossociais (Leal et al., 2016; Mejía-Soto, 2014).

Apesar de a adolescência ser um período de descobertas, é essencial adotar cuidados e atitudes preventivas para aumentar a segurança no uso da *Internet* (Pires et al., 2010). É importante que os pais ou cuidadores acompanhem o uso da *Internet* pelos jovens, educando-os para uma utilização positiva e consciente, destacando os riscos e formas de os evitar (Baltasar, 2004). Devem ser promovidos comportamentos de segurança, como encerrar sempre a sessão nas contas de e-mail, evitar partilhar informações pessoais ou fotografias com desconhecidos em chats, fóruns e redes sociais, e enfatizar a importância da privacidade (Pires et al., 2010). Acima de tudo, é crucial alertar sobre os perigos da exposição na *Internet*, pois as publicações podem chegar a pessoas mal-intencionadas. A combinação entre literacia e segurança *online* é crucial para proporcionar um ambiente seguro e estimulante, permitindo que crianças e jovens usem a *Internet* de forma responsável e protegida.

4.1.3 Pensamento crítico na era digital

O pensamento crítico na era digital, em relação à segurança na utilização da *Internet* por crianças e jovens, é um tema de extrema relevância. Evelyn Eisenstein

(2023), no seu trabalho sobre os riscos e benefícios do uso das tecnologias por crianças e adolescentes, destaca a importância de uma abordagem crítica e consciente diante dos desafios relacionados com a segurança *online*. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), a promoção do pensamento crítico é essencial para proteger a saúde mental e social dos mais jovens no ambiente digital.

É crucial que, ao navegar na *Internet*, crianças e jovens estejam preparados para avaliar a confiabilidade das fontes de informação, reconhecer possíveis ameaças e proteger a sua privacidade *online*. Autores como Cristiano Nabuco Abreu et al. (2008) salientam a necessidade de limitar o tempo de exposição às telas e supervisionar o conteúdo acessado, visando mitigar os riscos da dependência digital e dos comportamentos prejudiciais.

Além disso, é essencial estabelecer diálogos abertos com os jovens, orientando-os sobre a segurança na rede, a importância de não partilhar informações pessoais, identificar conteúdos inapropriados e lidar com situações de *cyberbullying*. Conforme proposto pela Fundação 5Rights, estas práticas são fundamentais para capacitar as crianças e os jovens a fazerem escolhas seguras e responsáveis no ambiente *online*.

Portanto, promover o pensamento crítico na era digital, especialmente em relação à segurança na *Internet*, é um esforço coletivo que envolve pais, educadores e a sociedade em geral. É necessário garantir não apenas o acesso às tecnologias, mas também a educação e orientação para um uso consciente e seguro, visando o bem-estar e o desenvolvimento saudável das novas gerações.

Segundo a autora Carvalho (2007), é essencial desenvolver nas novas gerações a capacidade de avaliar de forma crítica a informação encontrada *online*, bem como identificar e lidar com potenciais riscos, como os relacionados com a segurança digital. Carvalho destaca que a publicação *online* de conteúdos pode ser uma oportunidade para os alunos aprenderem a ser produtores na Web, contribuindo assim para a "massa oceânica" referida por Lévy (2001). No entanto, é fundamental orientar os alunos na avaliação da informação encontrada e ajudá-los a identificar parâmetros que os guiem nesse processo, conforme mencionado por Carvalho e colaboradores nos seus estudos.

Em suma, o pensamento crítico na era digital é vital para a segurança na utilização da *Internet* por crianças e jovens. A educação digital deve focar-se não apenas no uso das tecnologias, mas também na capacitação para um uso responsável e seguro, promovendo um ambiente *online* saudável e protegido.

4.1.4 Utilização Problemática da *Internet* (UPI)

A Utilização Problemática da *Internet* (UPI) constitui um tema de extrema relevância no contexto atual, especialmente ao considerar a segurança na utilização da *Internet* por crianças e jovens.

Os perigos da dependência da *Internet* em adolescentes têm sido amplamente discutidos. Autores como Lam (2014) e Feng et al. (2013) destacam a necessidade de se considerar a segurança *online* como uma prioridade na educação e orientação dos mais novos. A segurança na utilização da *Internet* por crianças e jovens envolve a proteção contra conteúdos inadequados, interações perigosas, *cyberbullying* e exposição a predadores *online*. Li et al. (2014) salientam a importância do comportamento parental e do autocontrole na prevenção da adição da *Internet* entre os adolescentes.

Deste modo, a educação digital é essencial para promover a consciência dos riscos *online* e desenvolver habilidades críticas para avaliar informações na *Internet*. Abreu (2017) sublinha a importância de compreender o impacto cognitivo da dependência da *Internet* em adolescentes, reforçando a necessidade de promover a consciência sobre os riscos associados. É fundamental que os/as docentes e educadores/as estejam envolvidos na orientação sobre o uso responsável da *Internet*. Por isso, implementar programas de educação digital nas escolas e auxiliar na identificação de potenciais sinais de UPI são medidas essenciais para criar um ambiente seguro para as crianças e jovens.

Os/as docentes e educadores/as desempenham um papel crucial na orientação sobre o uso responsável da *Internet*. É essencial que estejam envolvidos na implementação de programas de educação digital nas escolas, fornecendo aos alunos as ferramentas necessárias para navegar *online* de forma segura. Além disso, os educadores devem estar atentos aos sinais de UPI, como mudanças no comportamento e desempenho académico, e intervir quando necessário. A implementação de workshops e palestras sobre segurança digital pode ser uma maneira eficaz de envolver os alunos e aumentar a sua compreensão sobre os riscos e responsabilidades *online*.

A colaboração entre profissionais de saúde mental, educadores e pais é crucial no monitoramento e intervenção precoce em casos de UPI. Kuss e Griffiths (2012) sublinham que a dependência da *Internet* pode estar associada a distúrbios psiquiátricos, destacando a importância de promover a segurança e o uso saudável da *Internet* entre os jovens. Além disso, a exposição excessiva à *Internet* pode resultar em consequências negativas, como perturbações do sono, sintomas depressivos e deterioração das relações sociais (Ko et al., 2012; Kuss & Griffiths, 2012). Desta forma, profissionais de saúde

mental podem oferecer suporte e orientação para lidar com os impactos emocionais e psicológicos do uso excessivo da *Internet*.

A supervisão parental é um dos pilares para garantir a segurança digital dos mais novos. Estabelecer uma comunicação aberta e regras claras em relação ao uso da *Internet* em casa é fundamental para criar um ambiente seguro e saudável para crianças e jovens navegarem *online*. Young (2004) sugere a educação digital e o estabelecimento de limites saudáveis de utilização da *Internet* como estratégias fundamentais para mitigar os riscos associados ao uso problemático da *Internet* por parte dos mais novos. Os pais devem ser incentivados a utilizar ferramentas de controle parental e a participar ativamente nas atividades *online* dos filhos, criando um diálogo contínuo sobre a segurança na *Internet*.

Em suma, a combinação entre a abordagem preventiva, o acompanhamento ativo e a educação para uma utilização responsável da *Internet* são fundamentais para promover a segurança e o bem-estar das crianças e jovens no mundo virtual. A sociedade deve estar atenta e atuante no sentido de garantir um ambiente *online* seguro e saudável para as gerações futuras. A segurança na utilização da *Internet* por crianças e jovens requer uma abordagem abrangente que integre a educação sobre os riscos *online*, a supervisão parental e a promoção de hábitos saudáveis de utilização da tecnologia. Compreender os potenciais impactos negativos da utilização excessiva da *Internet* e implementar medidas preventivas são cruciais para assegurar um ambiente digital seguro e saudável para as gerações mais novas.

4.1.5 Iniciativas e projetos em Portugal: *Internet Segura*

De acordo com o site da *Internet Segura* (2020), as Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) têm desempenhado um papel fundamental na transformação da maneira como as pessoas vivem, aprendem, trabalham, se divertem e interagem, tanto em relações pessoais como com organizações. Apesar dos inúmeros benefícios das TIC, tais como o acesso ao conhecimento, a colaboração e a inclusão social, é imprescindível garantir a existência de mecanismos para minimizar abusos e ilegalidades.

Neste contexto, a Comissão Europeia lançou em 1999 o Programa Safer *Internet*, seguido pelo Programa Safer *Internet* Plus em 2005, com o intuito de promover o uso seguro da *Internet*. Como parte destes esforços, foi iniciado em 2004 o Projeto SeguraNet pela Direção-Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular, com o objetivo de educar os alunos sobre o uso seguro da *Internet*. Este projeto tem evoluído ao longo dos anos para se alinhar com as políticas nacionais de segurança cibernética, destacando-se a

Estratégia Nacional para a Segurança do Ciberespaço. Neste contexto, o Centro *Internet Segura*, integrante desta estratégia, assume o compromisso de promover o uso consciente da *Internet* e desenvolver competências digitais.

Atualmente, o Projeto é coordenado pelo Centro Nacional de Cibersegurança e envolve diversas entidades, tais como a Direção-Geral da Educação (DGE), o Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), entre outros. Os serviços operados pela Linha *Internet Segura*, liderada pela Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), desempenham um papel crucial na sensibilização e educação da população sobre os riscos e as oportunidades da *Internet*.

De acordo com o site *Internet Segura* (2020), o projeto *Internet Segura* é uma iniciativa nacional que visa promover a utilização segura e responsável da *Internet* e das tecnologias digitais em Portugal. O principal objetivo é sensibilizar e educar a população sobre os riscos e as oportunidades da *Internet*, capacitando os utilizadores para navegar de forma segura e consciente. [Missão e Objetivos | *Internet Segura*]

Esta plataforma oferece uma variedade de recursos para esclarecer dúvidas e promover o conhecimento sobre a segurança na utilização da *Internet* e das TIC. Entre os recursos disponibilizados estão brochuras, cartazes, media (como vídeos), artigos, manuais, publicações e cursos de E-learning.

As brochuras e cartazes apresentam dicas e sugestões sobre diversos temas, tais como privacidade na *Internet* e nas redes sociais, jogos e dependência *online*, *sexting*, *stalking* e *fake news*. No campo dos media, são disponibilizados vídeos e webinars que abordam comportamentos de risco, segurança *online*, discurso de ódio e processamento crítico de informação. Nos artigos, encontram-se discussões sobre *cyberbullying*, relacionamentos *online*, *sexting* e criação de uma conta de Facebook segura. Já nos manuais e publicações, estão disponíveis E-books como "Ebook pais, filhos e tecnologia" e "Ebook guia para uma *Internet Segura*".

Os cursos de *E-learning* disponíveis até junho de 2024 são: 1) Cidadão Cibersocial; 2) Cidadão Ciberinformado; 3) Consumidor Ciberseguro; e 4) Cidadão Cibersocial. Estes cursos são oferecidos na plataforma "NAU – Ensino e formação *online* para grandes audiências" e cobrem temas variados, como as principais ameaças no ciberespaço, cuidados na utilização das tecnologias, o problema da desinformação e como consumir *online* de forma segura. Além disso, abordam questões relacionadas com as redes sociais, segurança e privacidade. Os cursos são realizados *online* em português e têm um prazo pré-estabelecido para a sua conclusão. Cada curso tem uma duração

máxima de três horas, que pode ser gerida conforme a disponibilidade do formando. No final, há um conjunto de perguntas para testar os conhecimentos adquiridos. Se o formando obtiver uma pontuação igual ou superior a 75% de respostas corretas, receberá um certificado.

Além disso, o projeto *Internet Segura* possui e promove campanhas nacionais de sensibilização, muitas vezes em parceria com outras organizações e empresas. Estas campanhas têm como objetivo aumentar a consciencialização sobre os riscos e as boas práticas na utilização da *Internet*. As campanhas utilizam diversos meios, incluindo redes sociais, media tradicionais e eventos públicos, para atingir um público mais vasto.

A Linha Alerta é uma plataforma onde os utilizadores podem reportar conteúdos ilegais ou prejudiciais encontrados *online*, como pornografia infantil, discursos de ódio, e outras atividades ilícitas. A linha oferece um serviço confidencial e seguro para que os cidadãos possam contribuir para a remoção de conteúdos nocivos da *Internet*. O apoio é prestado por profissionais qualificados que podem ajudar a resolver questões específicas e fornecer conselhos personalizados .

O projeto *Internet Segura* trabalha em estreita colaboração com várias organizações, incluindo escolas, universidades, ONGs e empresas tecnológicas. Estas parcerias são fundamentais para amplificar o alcance e a eficácia das iniciativas do projeto, garantindo que as mensagens de segurança digital chegam a um público mais amplo e diversificado

O projeto desempenha um papel crucial na promoção de um ambiente *online* seguro e saudável em Portugal e, através de recursos educativos, formações, campanhas de sensibilização, linhas de alerta, apoio e aconselhamento, e parcerias estratégicas, capacita os utilizadores para navegar na *Internet* de forma segura e responsável. A implementação destas medidas é essencial para proteger os cidadãos, especialmente as crianças e jovens, dos inúmeros riscos que a era digital apresenta.

PARTE 2: Enquadramento Contextual e Metodológico do Estágio Curricular

Capítulo 5 - A Instituição de Estágio Curricular: Lar de Santa

Estefânia

5.1 História da Instituição

A Casa de Acolhimento (CA), também conhecida como Lar de Santa Estefânia (LSE), teve origem em 1858 com a missão inicial de acolher crianças em situações de extrema vulnerabilidade, nomeadamente aquelas que pernoitavam em estações, sem abrigo, vestuário, sustento e educação, percorrendo as ruas na procura de ajuda. Inicialmente concebida como um Asilo, a instituição foi estabelecida por uma Comissão Instaladora que angariou fundos através de leilões e donativos provenientes das elites da cidade.

No dia 16 de julho de 1863, o asilo foi inaugurado, recebendo inicialmente seis meninos. Posteriormente, a instituição expandiu-se para incluir meninas. Ao longo dos anos, acolheu até 50 crianças, passando por diversas fases, incluindo um período durante a II Guerra em que alojou 61 jovens. A sua missão primordial sempre foi a educação, proporcionando um ambiente familiar e de cariz cristão, com proximidade por parte dos educadores.

A 20 de janeiro de 1969, extinguiu-se a designação de asilo, e a instituição evoluiu para acompanhar as leis de proteção de crianças e jovens. Ampliou as suas respostas, incluindo creche, pré-escola, atividades de tempos livre (ATL), unidades autónomas para preparação à vida ativa, saúde, cantinas sociais, apoio aos mais velhos, doentes neurológicos, agricultura, lazer e a Ronda Usera, focada no emprego para idosos, imigrantes e outros carenciados.

Em janeiro de 1982, a CA acordou com o Centro Regional de Segurança Social de Braga, o acolhimento e apoio a um máximo de 65 crianças e jovens. Atualmente, a CA é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), legalizada e regulada pelos Despachos Normativos n.ºs. 387 e 388/1980.

Ao longo de 150 anos de história, a instituição cresceu e adaptou-se às necessidades, ocupando o Convento de Nossa Senhora do Carmo e criando, em 1976, o jardim-de-infância de Santa Estefânia. Hoje, conta com cerca de 120 profissionais atendendo a mais de mil famílias, mantendo e ampliando respostas de creche, pré-escola, unidades autónomas para preparação à vida ativa, saúde, cantinas sociais, apoio aos mais velhos, doentes neurológicos e a Unidade de Apoio Social, a Ronda Usera.

Ambas as instituições têm acompanhado a evolução das leis de proteção de crianças e jovens, mantendo um compromisso sólido com as comunidades que servem.

5.2 Recursos Humanos e Caracterização das Equipas da Casa de Acolhimento

Conforme descrito nos regulamentos internos da Instituição, a estrutura da CA é liderada pelo presidente, em representação do Órgão Diretivo. Além disso, é estabelecido um Conselho de Opinião composto pelo Presidente da Direção, Diretor Técnico e responsáveis de saúde, educação e apoio social. O Diretor Técnico, com formação em Psicologia e mestrado em Sociologia, desempenha um papel crucial na gestão do bom funcionamento da CA, incluindo a gestão de recursos humanos e dos casos das crianças e jovens institucionalizadas.

As crianças e jovens da CA do LSE beneficiam do acompanhamento de uma equipa multidisciplinar, composta por uma Equipa Técnica e uma Equipa Educativa, seguindo uma hierarquia que se reflete na sua estrutura organizacional.

A Equipa Técnica é composta por duas psicólogas, uma assistente social e uma técnica superior de educação com mestrado em educação para adultos. Essa equipa desempenha funções específicas relacionadas com avaliação psicossocial, elaboração de planos de intervenção individual, acompanhamento da situação escolar e vocacional, gestão de conflitos e contacto com familiares.

Na função de Gestora de Caso, a profissional é encarregada do procedimento de acolhimento, orienta a concretização do Programa de Faseamento e Progressividade, realiza reuniões semanais para reflexão sobre práticas e estratégias utilizadas, articula com os parceiros da instituição, assegura a realização de atividades socioeducativas, determina objetivos e metas para os menores, elabora e entrega relatórios às autoridades correspondentes, e oferece apoio aos jovens ao longo do seu processo de autonomização.

Quando assume a coordenação, a profissional da Equipa Técnica lidera a equipa educativa, intervindo quando necessário no quotidiano dos/as jovens institucionalizados. Esta função é marcada pela imprevisibilidade, respondendo a problemas que podem surgir, como incidentes escolares ou contactos de familiares com a instituição. Além disso, é responsável pela elaboração do Diário de Unidade e pela atualização das informações em todas as unidades.

No âmbito da gestão de casos, o/a técnico desta área atualiza os processos sob sua responsabilidade, preenchendo documentos, contactando a Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) ou Equipa Multidisciplinar de Apoio aos Tribunais (EMAT), solicitando ou participando em reuniões, e mantendo diálogo com familiares e utentes, garantindo assim a execução do plano delineado para o/a jovem.

Já a Equipa Educativa da CA é subdividida em três grupos que atuam nos períodos da manhã, tarde e noite. A equipa da manhã inicia o serviço às 7h, desempenhando um papel fundamental na organização do quotidiano das crianças e jovens acolhidos. Durante este turno, é responsabilidade da equipa acordar os jovens, assegurar a realização das tarefas diárias, promover a higiene pessoal, proporcionar o pequeno-almoço e administrar eventuais medicações necessárias. Além disso, garantem que os jovens se encaminhem para a escola com o turno a concluir às 15h. A equipa da tarde, com horário das 14h às 22h, desempenha um papel crucial no bom funcionamento da instituição. À semelhança da equipa da manhã, as suas responsabilidades incluem assegurar o cumprimento das obrigações dos/as jovens, mediar conflitos e acompanhar as atividades após o período escolar. Este turno proporciona um tempo prolongado de interação com as/os educadoras/es até que os/as jovens se recolham aos seus quartos para descansar. Por último, a equipa da noite, com horário das 22h às 07h, assume a responsabilidade de garantir o bom funcionamento durante a noite, resolvendo eventuais incidentes que possam ocorrer.

Destaca-se um período de sobreposição entre as equipas da manhã e da tarde, das 14h30 às 15h, destinado à passagem de turno. Neste período de transição entre turnos, a equipa da manhã partilha informações cruciais sobre os eventos e questões relevantes ocorridas durante o turno. Simultaneamente, a equipa da tarde reúne-se para uma discussão e reflexão sobre os acontecimentos da manhã e durante essa reunião, obtêm informações detalhadas sobre as diligências do dia consultando o diário de unidade. Este diário de unidade é preenchido ao longo do dia e serve como uma ferramenta vital para comunicação entre as equipas, sendo posteriormente enviado por email para todos os colaboradores, garantindo a continuidade das ações e intervenções planeadas.

Em resumo, a estrutura organizacional da CA, conforme delineada nos regulamentos internos, é fundamental para a gestão de recursos humanos e para assegurar que as equipas desempenhem eficazmente as suas funções, garantindo o bem-estar e desenvolvimento das crianças e jovens institucionalizados/as.

5.3 Áreas de Intervenção

O Projeto Educativo (2022) da CA adota uma abordagem baseada no art.º 4º da lei de Promoção e Proteção, seguindo princípios que visam salvaguardar os direitos das crianças e jovens em situação de perigo. Estes princípios incluem assegurar a satisfação das necessidades básicas em condições de vida semelhantes às da estrutura familiar, bem

como a atenção às especificidades decorrentes do acolhimento residencial. A CA assume responsabilidades jurídicas, sociais e educativas, temporariamente substituindo a família de origem ao fornecer suporte para o desenvolvimento biopsicossocial e atender às necessidades específicas relacionadas com as situações de perigo.

O processo de acolhimento na instituição, delineado pelo Regulamento Interno (2022), procura reorganizar positivamente a vida social e emocional das crianças e jovens. A CA procura estabelecer uma relação afetiva do tipo familiar e uma rotina diária personalizada. A transmissão de regras, o fornecimento de afeto, a orientação na socialização e na educação são elementos-chave. Deste modo, o regulamento reflete as normas e rotinas da CA, desenvolvidas com base no projeto educativo.

No âmbito da CA, destaca-se o Programa de Faseamento e Progressividade, composto por quatro fases (Acolhimento e Avaliação Inicial, Desenvolvimento, Consolidação e Pré-autonomia). Este programa visa trabalhar a autonomia e a responsabilidade progressivamente. Importa referir que as crianças e jovens são ativamente envolvidos, participando em reuniões para sugerir e aperfeiçoar o trabalho conjunto.

Cada uma das quatro fases possui características distintas que contribuem para o crescimento e autonomia dos intervenientes. Na fase inicial de Acolhimento e Avaliação, a ênfase recai sobre a aquisição de aspetos cruciais, como a responsabilidade dos menores em cumprir as normas da instituição. Além disso, promove-se a construção de laços afetivos tanto com o grupo de pares como com a equipa multidisciplinar. Esta fase é fundamental para estabelecer uma base sólida e positiva no processo de acolhimento. A segunda fase, denominada Desenvolvimento, concentra-se na consolidação das aprendizagens já adquiridas, abordando também intervenções mais específicas. Neste ponto, são introduzidos processos que visam proporcionar uma maior autonomia, particularmente em relação a hábitos de higiene pessoal, limpeza e organização do espaço pessoal. A terceira fase, intitulada Consolidação, tem como objetivo reforçar procedimentos, comportamentos e competências previamente adquiridos. Paralelamente, incentiva-se a responsabilidade e o compromisso na realização das atividades diárias, promovendo assim, uma transição amena para estádios mais avançados do desenvolvimento. Na fase final de Pré-autonomia, os/as jovens são preparados/as para atingir uma autonomia total, marcando o início da cessação da institucionalização. Esta etapa é crucial para equipar os/as intervenientes com as habilidades necessárias para enfrentar os desafios do mundo exterior e promover uma integração saudável na sociedade.

A elaboração e aplicação deste programa refletem a participação ativa e direta das crianças/jovens da CA, evidenciada através de reuniões realizadas com o intuito de recolher sugestões e propostas para aperfeiçoar o trabalho conjunto. Este enfoque participativo reforça o compromisso da instituição em garantir um ambiente adaptado às necessidades e contribuições individuais, promovendo assim um desenvolvimento integral e positivo.

A intervenção da CA está alinhada com os princípios legais, procurando criar um ambiente acolhedor e proporcionar uma vivência que transmita regras, afetos, orientação na socialização, educação e promoção do desenvolvimento global. O processo de acolhimento é organizado para oferecer uma oportunidade positiva de reorganização da vida da criança ou jovem, promovendo uma relação afetiva de tipo familiar e uma vivência diária personalizada. Deste modo, a CA pretende preparar as crianças e jovens para uma integração saudável na sociedade, fomentando relações afetivas significativas.

5.4 Caracterização das crianças e jovens da CA e as suas rotinas

A Casa de Acolhimento (CA) atualmente acolhe 45 crianças/jovens, sendo 18 do sexo masculino e 27 do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 10 e os 25 anos. Estas estão distribuídas por 4 unidades residenciais mistas, denominadas de Rosas, Cravos, Girassóis e, por fim, a unidade da Pré-autonomia, sendo a mesma habitada por jovens mais velhos, nos quais já são trabalhadas competências para a autonomia, dispensando supervisão diária.

No quotidiano da CA, a rotina desempenha um papel crucial para o desenvolvimento e autonomização de cada interveniente. As atividades diárias, como hora de acordar, pequenos-almoços, idas para as escolas, almoço, ATL, atividades extracurriculares, lanches, jantares, ceias e hora de deitar, são planeadas para proporcionar estabilidade e previsibilidade. A existência de planificação de atividades, lúdicas e pedagógicas, fazem parte integrante desta rotina, conforme estabelecido no Regulamento interno da instituição (2022).

A responsabilidade nas tarefas diárias, incluindo limpezas e arrumações é distribuída entre os intervenientes. Esta prática tem como objetivo capacitar as crianças/jovens na organização e limpeza dos espaços onde residem, promovendo a independência e futura autonomização.

No contexto do acolhimento de crianças/jovens em situação de perigo, a CA atua conforme o Programa Nacional de Acolhimento e Acompanhamento. Os três níveis desse

programa, nomeadamente acolhimento de emergência, acolhimento temporário e acolhimento de longa duração, são aplicados com base nas necessidades específicas do público-alvo.

Num primeiro nível, encontramos o acolhimento de emergência, destinado a menores em risco iminente, com uma duração inferior a 48 horas. Neste caso, os Educadores enfrentam o desafio de preparar rapidamente todas as condições necessárias para a criança.

Na segunda categoria, surge o acolhimento temporário, que abrange o abrigo de crianças e jovens em perigo por um período que não ultrapasse os 6 meses. Embora se considere benéfico o afastamento temporário de os menores das suas famílias de origem, é importante salientar que, devido a processos burocráticos, esses 6 seis meses muitas vezes podem se estender.

Por fim, temos o acolhimento de longa duração, direcionado a crianças e jovens que enfrentam situações familiares problemáticas graves, justificando o afastamento total ou prolongado dos seus familiares. Apesar de ser considerada uma medida de última instância, os dados indicam que, atualmente, é a modalidade mais prevalente em Portugal (Banhudo, Cabral & Macedo, 2021). Isso reflete uma abordagem prioritária na proteção da criança diante dos riscos, destacando também a importância da conscientização dos direitos da criança, mesmo quando há esforços intensivos para trabalhar com as famílias (Pacheco, 2010).

Quando crianças e jovens ficam desprovidos de apoio familiar, o constante processo de crescimento, desenvolvimento e mudança que caracteriza a infância pode resultar em períodos de incerteza e fragilidade no seu desenvolvimento integral. Na CA, observa-se uma prevalência significativa de casos com institucionalização prolongada, ou seja, onde não ocorre a transição para uma nova família, implicando que o projeto de vida destes jovens se orienta para a autonomização. Este cenário é acentuado pelo acolhimento de jovens em idades mais avançadas, contribuindo para um aumento na incidência de projetos de vida orientados para a autonomização. Muitos destes/as jovens acabam por ter famílias que adiam o processo de reunificação, prolongando assim a sua estadia na instituição.

Quando entram na CA, as crianças/jovens trazem consigo uma bagagem de relações inseguras com o contexto social e as figuras cuidadoras primárias. Estabelecer uma relação de qualidade com as Equipas da Casa de Acolhimento torna-se crucial para o processo de recuperação e autonomização. Contudo, a dinâmica e a rotina do ambiente,

apesar de proporcionarem uma base estável, apresentam desafios devido ao seu tamanho e à constante entrada e saída de intervenientes.

A CA, enquanto espaço em construção, conforme definido pelo Centro de Estudos Judiciários (2018), tem a responsabilidade de assegurar a transmissão de valores, conhecimentos e experiências diversificadas, integrando plenamente as crianças/jovens na escola e nos recursos comunitários. As Equipas Educativas e Técnicas trabalham em conjunto desde o primeiro dia para desenvolver competências de autonomia e independência, reconhecendo que a autonomia nas crianças/jovens é fundamental para cultivar decisões conscientes e autoconfiança.

5.5 Identificação de interesses/prioridades da instituição

A missão primordial da CA é criar um ambiente propício para o desenvolvimento integral de cada criança e jovem sob sua responsabilidade. Esta missão implica supervisionar a implementação prática dos princípios essenciais para o desenvolvimento durante toda a estadia na instituição, abrangendo desde o acolhimento até a criação de condições para o regresso à família ou a promoção de uma vida autónoma, conforme estabelecido pelo Regulamento Interno da instituição em 2022.

Além disso, a CA visa proporcionar a cada criança e jovem um projeto de vida estruturado, guiando-os por um processo de mudança que satisfaça as suas necessidades básicas em diversos contextos, como o individual, a CA, a escola, a saúde, a comunidade e a família. Para atingir esses objetivos, destaca-se a importância de uma Equipa Educativa funcional e pronta para intervir em todos os momentos necessários.

O entendimento dos conceitos de necessidades, a análise da aplicabilidade das respostas e a avaliação das práticas são elementos fundamentais para orientar os educadores nas interações com as crianças/jovens. A organização do quotidiano na CA é meticulosamente planeada, considerando o que é essencial para a criança/jovem e o que define a instituição como um espaço de acolhimento e educação. Nesse acompanhamento, a noção de individualidade é central, reconhecendo cada criança/jovem como um indivíduo único com a sua própria história de vida, traumas, relações afetivas, expectativas, anseios e medos.

O Documento Interno da Instituição (2022) fundamenta essas abordagens na articulação entre vinculação, individualidade/identidade e acolhimento institucional, desenhando o projeto de vida individual das crianças/jovens confiadas à CA. O quadro teórico-prático, fundamentado na pedagogia social, incorpora teorias cognitivo-sociais de

Bandura, destacando o adulto como um modelo de referência afetivo e relacional e como exemplo de modelos sociais ajustados, além de seguir uma abordagem cognitivo-comportamental.

Como evidenciado, a Equipa Educativa assume um papel vital na vida das crianças/jovens na CA, sendo essencial para a organização e dinâmica da instituição. Além disso, desempenha um papel fundamental na construção dos projetos de vida destes indivíduos. Com profissionais formados nas áreas socioeducativa e de ação educativa, as Equipas Educativas desempenham um papel significativo na educação, crescimento e prestação de cuidados diários às crianças/jovens acolhidos, como indicado por Marques (2018).

Conforme estabelecido no Regulamento Interno da CA, destaca-se a relevância da formação contínua da Equipa Educativa, dada a sua presença constante junto das crianças e jovens. O aprimoramento constante de competências é considerado crucial para elevar a eficácia das intervenções, conforme preconizado pelas diretrizes do regulamento interno de 2022.

Capítulo 6 - Projeto de Intervenção Socioeducativa no Acolhimento Residencial

No presente capítulo, procede-se à apresentação do Projeto de Intervenção de Estágio realizado no Lar de Santa Estefânia, em Guimarães. Este projeto foi concebido com o intuito primordial de abordar as necessidades predominantes entre os/as jovens na sociedade contemporânea. Centralizou-se na sensibilização das adolescentes para os riscos associados à utilização inadequada da *Internet*, reconhecendo a importância de promover uma consciência crítica e responsável acerca desta plataforma.

O foco principal do projeto reside em promover o conhecimento e a reflexão sobre os perigos, bem como as potencialidades, inerentes às tecnologias digitais e às redes sociais. Desta forma, pretende-se dotar as adolescentes de ferramentas essenciais para uma navegação segura e consciente no mundo virtual, capacitando-as para fazerem escolhas informadas e responsáveis no seu uso das tecnologias de comunicação.

6.1 Diagnóstico: Análise de necessidades

O diagnóstico representa uma etapa crucial que precede a resolução de um problema, exigindo uma compreensão aprofundada do contexto e uma análise meticulosa

da realidade para garantir a eficácia e a satisfação do projeto. Conforme Serrano (2008), a necessidade é compreendida como uma discrepância entre a situação presente e a situação desejada, representando a distância entre o estado atual e o ideal (Serrano, 2008, p.31). Segundo Serrano (2008), é fundamental que um projeto esteja fundamentado em uma necessidade real, procurando soluções viáveis com a colaboração de todos os envolvidos (p.31). Para atingir esse objetivo, torna-se imprescindível realizar uma análise aprofundada das necessidades em questão. Este procedimento permite discriminar os problemas com base na sua importância, estabelecendo prioridades e estratégias de intervenção. O objetivo é determinar a viabilidade e eficácia, considerando os meios disponíveis e as forças e atores sociais envolvidos. Em essência, o diagnóstico é um meio de recolher, tratar, analisar e divulgar informações relevantes para caracterizar uma área geográfica ou organização. Esse conhecimento detalhado possibilita a definição de objetivos e metas alinhados com a informação recolhida. Para alcançar um diagnóstico eficaz, é imperativo realizar um levantamento de necessidades que fundamente a intervenção planeada.

Para este projeto específico, a análise de necessidades desempenhou um papel fundamental na definição de diretrizes e estratégias de intervenção. O processo de análise foi abrangente, incorporando observação e interação direta com as equipas técnica e educativa, bem como um contacto próximo com os jovens envolvidos.

Ao observar de perto o contexto, foram identificadas diversas necessidades prementes que afetam os adolescentes institucionalizados. Dentre essas, destacam-se desafios como o uso excessivo do telemóvel, o que pode levar a consequências negativas na saúde mental e física dos jovens. O uso prolongado do telemóvel, especialmente antes de dormir, pode afetar o ritmo circadiano dos adolescentes. Além disso, o tempo excessivo gasto em jogos e redes sociais pode levar à diminuição da atividade física, aumentando o risco de obesidade e outros problemas de saúde. De igual modo, foi evidenciado um preocupante isolamento social e perda de interação pessoal, fenómenos associados ao avanço da tecnologia e sua influência na dinâmica social. Muitos adolescentes passam horas a interagir virtualmente, negligenciando as relações pessoais presenciais, o que pode afetar o desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais.

Outro aspeto crítico identificado refere-se ao acesso a conteúdo inapropriado na *Internet*, expondo os adolescentes a informações que podem ser prejudiciais ao seu desenvolvimento. Por exemplo, é comum que jovens inadvertidamente encontrem sites

com violência gráfica, pornografia ou discursos de ódio, o que pode causar trauma psicológico ou influenciar negativamente as suas atitudes e comportamentos.

A pressão para seguir padrões de beleza irrealistas também emergiu como uma questão relevante, afetando a autoestima e a percepção corporal destes jovens. Redes sociais como *Instagram* e *TikTok* frequentemente promovem imagens de corpos perfeitos e estilos de vida inatingíveis, o que pode levar os adolescentes a desenvolverem transtornos alimentares e problemas de autoimagem.

Além destes desafios, a desinformação e o envio de conteúdo indecente (fotografias íntimas/pornográficas) na *Internet* ou redes sociais foram identificados como preocupações adicionais. Um exemplo alarmante é o fenómeno do "*sexting*", onde adolescentes partilham fotografias íntimas entre si. Essas imagens podem ser facilmente disseminadas sem consentimento, levando a situações de humilhação pública e *cyberbullying*. Esses fenómenos representam ameaças à segurança e ao bem-estar dos adolescentes, destacando a importância de abordar essas questões de forma proativa.

Considerando a complexidade das dificuldades apresentadas, a estratégia de intervenção durante o estágio curricular concentrou-se especificamente nos comportamentos de risco na *Internet*. Essa abordagem foi escolhida com base na análise das necessidades prioritárias, visando proporcionar aos adolescentes institucionalizados ferramentas e conhecimentos que os capacitem a lidar de forma mais segura e informada com o ambiente digital.

Assim, a intervenção proposta não apenas reconhece as dificuldades identificadas, mas procura ativamente mitigar os impactos negativos, promovendo um ambiente mais saudável e equilibrado para os jovens envolvidos. Este enfoque estruturado reflete o compromisso em enfrentar as complexas realidades enfrentadas pelos adolescentes institucionalizados, proporcionando-lhes oportunidades de desenvolvimento positivo e resiliência perante os desafios contemporâneos.

6.2 Planificação

A elaboração de um plano estratégico demanda uma compreensão clara do ponto de partida, dos recursos disponíveis e dos procedimentos a serem adotados para atingir metas específicas ao longo do tempo. Nas palavras de Serrano (2008, p.37), "a planificação requer saber onde estou, com que recursos posso contar e que procedimentos vou utilizar para alcançar as metas, mediante a realização de atividades que desenvolvam os objetivos programados a curto, médio e longo prazo".

A presente planificação assume um carácter abrangente, uma vez que engloba todas as atividades que compõem o processo de desenvolvimento do projeto em questão. Neste contexto, de forma subsequente, serão delineados de forma minuciosa os objetivos traçados, as metas a serem alcançadas, os meios a serem empregues, os instrumentos a serem produzidos, bem como os recursos indispensáveis para a execução deste projeto. Este enfoque segue a perspetiva de Serrano (2008), o qual destaca a importância de uma planificação que abranja todos os aspetos pertinentes ao desenvolvimento do projeto.

Finalmente, será apresentada uma calendarização que delimita os prazos e a sequência temporal das atividades previstas. Este método de organização, seguindo a orientação de Serrano (2008), proporciona uma visão clara do desenvolvimento temporal do projeto, facilitando a monitorização eficiente e garantindo o alcance dos objetivos propostos. Dessa forma, a planificação estruturada emerge como um guia abrangente, delineado com rigor e meticulosidade, para assegurar o êxito do projeto desde o seu início até à sua conclusão.

6.3 Calendarização

A calendarização seguidamente apresentada corresponde a uma sequência temporal do processo de idealização até à concretização do projeto, que decorreram entre setembro de 2023 a abril de 2024. A sucessão das fases do projeto de intervenção que delimita e organiza os prazos é apresentada no seguinte quadro.

Quadro 1- Cronograma do Projeto de Intervenção.

Ações	Set.	Out.	Nov.	Dez.	Jan.	Fev.	Mar.	Abr.
Integração	X	X						
Identificação da Necessidade		X	X					
Formulação de objetivos			X	X				
Planificação das sessões e atividades				X	X			
Desenho dos instrumentos				X	X			
Apresentação à instituição e aprovação					X			

Implementação						X	X	
Avaliação								X

6.4 Objetivos

Os objetivos delineiam as metas que almejamos atingir, representando os propósitos fundamentais do projeto. Nesse sentido, é imperativo que sejam formulados de maneira clara, de modo a evitar interpretações distintas. A clareza aqui advoga pela utilização de uma linguagem acessível, de modo a evitar ambiguidades que possam comprometer a compreensão unívoca dos objetivos estabelecidos.

Além disso, a realidade é um fator preponderante na definição de objetivos, tornando categórico que estes sejam realistas. Ou seja, devem ser exequíveis com base nos recursos disponíveis, seguindo a metodologia eleita e cumprindo a calendarização estabelecida. A realidade pragmática do projeto, em consonância com a abordagem de Serrano (2008), sustenta a necessidade de estabelecer metas tangíveis que possam ser alcançadas de forma viável.

Por último, a pertinência dos objetivos é essencial, estando intrinsecamente relacionada com a lógica em relação ao problema identificado. A validade dos objetivos reside na sua capacidade de endereçar de forma efetiva os desafios identificados previamente. Nesse contexto, os objetivos devem ser pertinentes, contribuindo de maneira eficaz para a resolução ou melhoria do problema em foco.

Assim sendo, no âmbito deste projeto de intervenção, delineamos os seguintes objetivos que servirão como balizadores orientadores para o desenvolvimento e avaliação do projeto.

Objetivos Gerais:

- Entender as necessidades individuais, reconhecendo os desafios e preocupações que enfrentam diariamente.
- Criar ferramentas que ajudem a lidar com essas necessidades, proporcionando recursos que sejam úteis e acessíveis.
- Aprender a usar a *Internet* de forma consciente e responsável durante a adolescência, compreendendo os seus impactos na vida.

Objetivos Específicos:

- Participar em atividades que ajudem a crescer e a desenvolver enquanto crianças e jovens.
- Prevenir sobre os perigos que podem surgir ao usar a *Internet* de forma imprudente.
- Aprender sobre os prós e contras da *Internet* através de atividades educativas.
- Entender como o uso da *Internet* pode afetar o desenvolvimento cognitivo, social e emocional.
- Adquirir estratégias de orientação sobre como lidar com situações de *cyberbullying* e *sexting*.
- Participar em discussões sobre como agir de forma ética e respeitosa *online*.
- Desenvolver habilidades para avaliar criticamente as informações que encontram *online* e tomar decisões bem fundamentadas.

6.5 Participantes

O projeto é direcionado a sete jovens da CA, que são as principais intervenientes. A maior parte desta seleção foi realizada na unidade onde estou mais envolvida e onde melhor conheço o perfil dos jovens. O grupo específico de intervenção foi escolhido com rigor devido à proximidade das idades entre elas e, conseqüentemente, pela necessidade de abordar questões relacionadas com comportamentos de risco na *Internet* e o uso excessivo de dispositivos móveis.

Embora apenas raparigas participem no projeto, é importante notar que, em termos de idade, a proximidade do grupo permite uma intervenção mais equitativa. No entanto, os jovens mais velhos podem contribuir com ideias mais maduras e emancipadas, impulsionando assim o desenvolvimento pessoal e social das outras participantes.

Para garantir o respeito, o sigilo que me comprometi a manter desde o início do estágio e, acima de tudo, a privacidade das crianças e jovens, em conformidade com a Lei de Proteção de Dados (LPD), será atribuída a cada um deles uma letra para facilitar a sua identificação.

Quadro 2 – Caracterização das participantes.

Grupo Crianças/Jovens	Idade	Formação escolar
A	15	10º ano
B	16	11º ano
C	14	9º ano
D	13	PIT
E	13	PIT
F	13	8º ano
G	15	PIT

A individualidade de cada participante apresentou um desafio durante a intervenção, sendo necessário refletir sobre como adaptar cada sessão planeada para atender às necessidades de todos os envolvidos no projeto. No entanto, foi fundamental manter em mente que o objetivo da intervenção era o mesmo para todos, inclusive em termos de linguagem utilizada.

Para recolher informações, adotámos uma abordagem de observação participativa, integrando-nos no dia a dia da casa de acolhimento. Durante este processo, participámos ativamente nas atividades diárias, interagindo com os jovens e observando as suas dinâmicas. Esta imersão permitiu-nos compreender de forma mais profunda as suas necessidades e preocupações.

Além disso, mantivemos uma comunicação constante com as equipas educativa e técnica ligadas à casa de acolhimento. Através de conversas formais e momentos de passagem de turno, trocámos impressões, discutimos observações e recebemos feedback valioso sobre a experiência dos jovens.

Como complemento a estas abordagens, utilizámos questionários para recolher dados mais estruturados sobre as perceções e experiências dos jovens em relação ao uso da *Internet* e das redes sociais. Estes questionários foram desenhados de forma a abordar diferentes áreas de interesse, incluindo os hábitos *online*, a consciência dos riscos e as necessidades de orientação.

Os questionários utilizados foram integralmente transcritos no apêndice deste relatório para consulta detalhada.

Na caracterização destes participantes, podemos observar diferentes aspetos comportamentais e desafios enfrentados por cada um deles. Estas informações foram

sustentadas pelas minhas próprias observações e pelas conversas que mantive com técnicos e educadores, proporcionando uma compreensão mais aprofundada de cada jovem.

Participante A: Desde cedo, demonstra uma personalidade autoritária, caracterizada por um comportamento dominante e uma tendência a impor a sua vontade sobre os outros. Sente uma necessidade constante de se afirmar e ser reconhecida como líder no grupo, muitas vezes desvalorizando as opiniões e sentimentos dos outros. Apresenta insegurança consigo mesma e dificuldade em reconhecer os seus próprios erros. Depende muito do reconhecimento externo para tomar decisões, especialmente aquelas relacionadas à sua aparência e qualidades pessoais. Além disso, sofre pressão para seguir padrões de beleza irrealistas, o que intensifica a sua necessidade de validação externa.

Participante B: Demonstra ser ponderada nas decisões e respeita o tempo dos outros, no entanto enfrenta pressão para seguir padrões de beleza irrealistas. Esta pressão pode estar a afetar a sua autoconfiança e bem-estar emocional.

Participante C: Apresenta escassez de afeto para com os outros, sendo quase nulo em relação a alguns colegas. Utiliza o telemóvel de forma excessiva, passando uma grande quantidade de tempo livre a utilizá-lo. Esta utilização excessiva resulta em isolamento social e na perda de interações pessoais significativas. O tempo dedicado ao telemóvel pode levar ao afastamento de atividades sociais presenciais e à diminuição da qualidade das relações interpessoais, uma vez que a atenção se desvia do mundo real para o mundo virtual.

No entanto, é importante destacar que a participante demonstra ser muito inteligente e ter uma capacidade notável de diálogo quando está aberta para isso. Apesar do seu comportamento de uso excessivo do telemóvel, quando envolvida em conversas e interações significativas, revela-se como uma pessoa perspicaz e comunicativa.

Participante D: Demonstra um reconhecimento dos seus erros, porém, apresenta uma gestão emocional imperfeita. Revela uma falta de experiência em receber elogios e ouvir frases motivadoras na sua vida anterior à instituição. Embora demonstre doçura, o seu comportamento na escola é frequentemente reprovável, evidenciando-se através de atitudes como insultar professores e colegas, faltar às aulas, entre outros comportamentos inadequados. Quando confrontada com advertências, reage com desagrado, procurando justificar-se e aliviar-se da culpa. Passa uma quantidade significativa de tempo no telemóvel, o que pode afetar negativamente a sua comunicação e interação social. Quando

confrontada sobre este comportamento, a sua comunicação pode ser desajustada, revelando dificuldades em lidar com críticas ou feedback negativo.

Participante E: Demonstra uma falta de autoestima, confiança e habilidades para lidar com as emoções. Revela insegurança e uma ausência de afirmação pessoal. Envolveu-se em comportamentos de risco ao enviar conteúdo impróprio pela *Internet*, incluindo fotografias íntimas ou pornográficas e conversas provocatórias, o que resultou na necessidade de lhe ser retirado o telemóvel. Esta situação expôs a jovem a situações de *bullying*, contribuindo para a sua dificuldade em fazer amigos.

Procura constantemente aprovação, especialmente por parte de rapazes, e tem um histórico de mudanças frequentes de relacionamentos amorosos. Este padrão sugere uma procura contínua por validação externa e uma necessidade de se sentir valorizada através de relacionamentos românticos, o que pode indicar uma carência emocional subjacente.

Participante F: Segue as tradições da etnia cigana e demonstra um comportamento orientado para a procura de atenção masculina. Desde cedo, envolveu-se com vários rapazes, procurando validação externa para a sua autoestima. Apresenta um uso excessivo do telemóvel, o que contribuiu significativamente para o seu isolamento social e para a falta de interação com o grupo de pares.

Possui acesso a conteúdo inadequado e enfrenta pressões para aderir a padrões de beleza irreais, o que a leva a comportamentos como a publicação de fotos indecentes na *Internet*. Esta pressão social pode ter um impacto negativo na sua autoimagem e autoestima, contribuindo para a perpetuação de comportamentos de risco e uma procura constante por validação externa.

Participante G: Também segue as regras da etnia cigana e enfrenta dificuldades em entender e obedecer e entender algumas normas básicas. Demonstra desinformação e tende a se envolver com rapazes mais velhos pela *Internet*, mostrando vulnerabilidade a possíveis influências negativas. Sofre pressão para seguir padrões de beleza irrealistas, o que afeta a sua autoestima e a perceção de si mesma.

Estas análises revelam diferentes aspetos comportamentais e emocionais, destacando desafios individuais que requerem atenção e intervenção adequadas para cada participante.

De realçar que algumas das participantes enfrentam dificuldades na aprendizagem possuindo de um plano específico desenvolvido (PIT) de forma a atender às necessidades académicas da mesma. Este plano, geralmente, inclui estratégias específicas para apoiar a aluna a alcançar os seus objetivos educativos.

6.6 Descrição do projeto

Com o intuito de alcançar os objetivos delineados no programa educativo, pretende-se desenvolver uma abordagem estruturada e coerente, sensibilizando as adolescentes para os riscos associados à utilização inadequada da *Internet* e das redes sociais. O foco principal é promover o conhecimento e a reflexão sobre os perigos e potencialidades dessas plataformas.

Neste contexto, abordam-se questões críticas como o *cyberbullying* e o *sexting*, visando alertar para os impactos devastadores que essas práticas podem ter no desenvolvimento cognitivo, social e emocional dos jovens. Reconhece-se a importância de identificar as consequências negativas associadas a comportamentos inadequados, proporcionando uma visão abrangente dos desafios que podem surgir *online*.

Além de simplesmente reconhecer os perigos, é incentivada a discussão de comportamentos responsáveis no uso dos media. Desta forma, fomenta-se uma consciência ativa sobre a responsabilidade individual e coletiva, destacando a necessidade de uma abordagem equilibrada e ética na interação com as plataformas digitais.

No âmbito destas iniciativas, a promoção da reflexão crítica assume um papel crucial. Procura-se criar uma base sólida para que os adolescentes possam tomar decisões informadas. Desta forma, ambiciona-se desenvolver uma relação saudável e equilibrada com a *Internet*, contribuindo assim para o seu bem-estar global e para a construção de uma sociedade digital mais segura e consciente.

6.7 Estratégias de intervenção utilizadas

A estratégia de intervenção adotada para este projeto reflete um caráter expositivo-dialogante, ativo, participativo, colaborativo, didático, flexível e orientado para as necessidades e interesses das crianças e jovens acolhidos. A intenção primordial é promover uma melhoria substancial no desenvolvimento destes indivíduos. Esta estratégia procura, assim, ser holística e sensível ao contexto, contribuindo para a eficácia do projeto e para a promoção do bem-estar e crescimento positivo dos participantes.

Todas as atividades planeadas foram fundamentadas em Dinâmicas de Grupo, tendo em consideração que as participantes do estudo são jovens. Optou-se por esta abordagem com o intuito de promover o desenvolvimento tanto a nível individual como coletivo, e também para facilitar a resolução de conflitos de uma forma lúdica e pedagógica.

As atividades foram cuidadosamente estruturadas e adaptadas às diferentes idades e necessidades dos participantes. Foram destacados vários elementos-chave, tais como a empatia, a resolução de conflitos, a gestão emocional, a comunicação e a resiliência, os quais foram integrados de forma progressiva ao longo das dinâmicas.

Este enfoque permitiu não só trabalhar as competências sociais e emocionais das crianças e jovens, mas também proporcionar um ambiente seguro e estimulante para o seu crescimento pessoal e interação grupal. Assim, cada atividade foi concebida com um propósito específico, alinhado com os objetivos definidos, de forma a maximizar o seu impacto no desenvolvimento integral dos participantes.

6.8 Atividades desenvolvidas

O programa de intervenção consistiu em oito sessões, realizadas ao longo de dois meses, nos meses de fevereiro e março, sendo que cada sessão teve a duração aproximada de uma hora. As sessões ocorreram uma vez por semana, especificamente às quartas-feiras, após o jantar e a conclusão de todas as tarefas diárias, entre as 20H e as 21H. É importante destacar que o horário da ceia é às 21H, seguido pelo horário de deitar, às 21H30, garantindo que não houvesse interferência com as dinâmicas de grupo nas unidades.

No quadro seguinte estão expostas todas as sessões efetuadas e os temas abordados no processo interventivo sobre comportamentos de risco na *Internet*, que deram corpo a este projeto. Logo de seguida, estão descritas as sessões constituintes do programa de intervenção com os jovens, de forma mais pormenorizada.

Quadro 3 – Sessões e temas abordados.

Sessões Implementadas
1. Testar Conhecimentos e Comportamentos <i>Online</i>
2. Navegar com Consciência: Consequências do Uso da <i>Internet</i> nas Dimensões Cognitiva, Social e Emocional
3. Navegar com Segurança: Estratégias para Comportamentos de Risco na <i>Internet</i> e Redes Sociais
4. Consigo Reconhecer
5. <i>Cyberbullying</i>
6. <i>Sexting</i>

7. <i>Internet</i> segura - Comportamentos responsáveis, prevenção e cuidados a ter

8. Reflexão final da ação

De acordo com os princípios éticos, antes de qualquer intervenção, foi estabelecido diálogo e questionado a todos os jovens selecionados para esta intervenção se estavam interessados em participar. Este processo assegurou que os jovens compreendessem completamente o propósito da intervenção, os procedimentos envolvidos e os seus direitos enquanto participantes.

1ª Sessão: Testar Conhecimentos e Comportamentos *Online*

Objetivo da Sessão: Avaliar o conhecimento, o grau das cognições e dos comportamentos relacionados ao uso problemático generalizado da *Internet*; Compreender as consequências negativas vivenciadas, o grau de envolvimento com a *Internet* e como o seu uso descomedido influencia diferentes áreas da vida do público-alvo em questão.

Estrutura da Sessão:

- 1. Apresentação:** Fazer uma breve apresentação sobre o que é uma Abordagem Socioeducativa no Acolhimento Residencial e sobre o tema do programa de intervenção. (Apêndice I)
- 2. Quiz Interativo sobre Uso da *Internet* por Crianças e Jovens:** Apresentação de questões para avaliar o conhecimento, as cognições e os comportamentos relacionados ao uso problemático da *Internet*. (Apêndice II). Avaliar as consequências negativas vivenciadas e o impacto do uso excessivo da *Internet* em diferentes áreas da vida dos jovens.
- 3. Discussão em Grupo:** Esclarecimento de dúvidas e incentivo à discussão. Salienta-se que o questionário será repetido numa fase final das sessões para acompanhar a evolução do grupo. Este momento de partilha de conhecimento e opiniões serve como ponto de partida para as sessões seguintes sobre o tema.
- 4. Dinâmica de Grupo - Mímica:** Representação dos Desafios *online* através de atividade de mímica. É um momento de quebra-gelo entre os participantes.
- 5. Reflexão e Conclusão da Sessão:** Encerramento da sessão com uma breve reflexão sobre o que foi aprendido. Os jovens são questionados sobre as lições

retiradas das atividades e como podem aplicar esses conhecimentos nas suas vidas *online*.

2ª Sessão: Navegar com Consciência: Consequências do Uso da *Internet* nas Dimensões Cognitiva, Social e Emocional

Objetivo da Sessão: Sensibilizar os jovens para as implicações do uso da *Internet* e redes sociais no desenvolvimento cognitivo, social e emocional, enquanto desenvolvem a consciência digital e promovem a construção de confiança *online*.

Estrutura da Sessão:

- 1. Introdução:** Breve explicação sobre o propósito da sessão - explorar questões polêmicas, promover discussões construtivas e conscientização digital. (Apêndice III)
- 2. Dinâmica de Grupo 1: Verdadeiro ou Falso - Desafios da *Internet*:** Apresentação de uma série de questões/frases polêmicas sobre o uso das redes sociais/*Internet*. (Apêndice IV)
- 3. Confronto com Estudos:** Breve apresentação de estudos e dados relacionados às afirmações discutidas. Destaque para a importância de verificar informações e considerar fontes confiáveis. Discussão sobre como a informação confiável pode ser crucial para uma experiência segura na *Internet*.
- 4. Dinâmica de grupo 2: Consciência da Comunidade *Online*:** Os participantes dispõem-se formando um círculo na sala, representando, assim, a comunidade *online*. Cada participante coloca num mural virtual (*Mentimeter*) a sua perspectiva originando uma nuvem de palavras (Apêndice V). Gera-se uma discussão aberta sobre os diferentes pontos de vista.
- 5. Conclusão e Reflexão:** Recapitulação dos principais pontos discutidos. (Apêndice VI) Incentivo à reflexão individual sobre como aplicar os conhecimentos adquiridos nas próprias interações *online*. Disponibilização de recursos adicionais para uma aprendizagem contínua.

3ª Sessão: Navegar com Segurança: Estratégias para Comportamentos de Risco na *Internet* e Redes Sociais

Objetivo da Sessão: Promover a consciência e a compreensão dos comportamentos de risco *online* entre os jovens, capacitando-os com estratégias práticas para navegar com segurança na *Internet*. Procura-se desenvolver habilidades de avaliação de riscos e promover a colaboração na construção de estratégias para lidar com situações específicas.

Estrutura da Sessão:

- 1. Introdução:** Breve explicação sobre o propósito da sessão. (Apêndice VII)
- 2. Dinâmica de grupo 1: Mapear Riscos:** Organização da sala com os espaços identificados: "Muito Arriscado," "Arriscado," "Pouco Arriscado," "Sem Risco Nenhum". Apresentação de situações específicas: falar com desconhecidos; dar e-mail; conversar em chat; pôr fotografias na *Internet*; conversar via webcam com desconhecidos; enviar fotografias a desconhecidos; partilhar senhas; enviar a morada a desconhecidos; publicar o horário escolar nas redes sociais; marcar encontro com desconhecido; partilhar dados pessoais com desconhecidos; ter um perfil público. Os jovens deslocam-se para a zona da sala que consideram mais relacionada com o grau de risco percebido na prática apresentada. Discussão e reflexão sobre as escolhas. Destaque para a importância da avaliação de riscos e consciência *online*.
- 3. Dinâmica de grupo 2: Estratégias Colaborativas:** Formação de duplas. Cada dupla recebe uma situação de risco *online* identificado anteriormente na Dinâmica 1 e elabora estratégias para lidar com esse mesmo cenário.
- 4. Apresentação e Discussão em Grupo:** Cada dupla partilha as estratégias elaboradas. Discussão em grupo sobre as diferentes ideias e abordagens.
- 5. Reflexão Final e Aplicação Prática:** Síntese das estratégias discutidas. Reflexão sobre como os participantes podem aplicar as estratégias aprendidas no uso diário da *Internet*. Reforço da importância da segurança e confiança *online*.

4ª Sessão: Consigo Reconhecer

Objetivo da Sessão: Promover a consciência e responsabilidade no uso da *Internet*, abordando os perigos associados a comportamentos de risco, nomeadamente o

cyberbullying e o *sexting*. Através da utilização de vídeos ilustrativos, debates e reflexões em grupo, pretende-se estimular o trabalho em equipa, identificar as consequências negativas dos media e discutir comportamentos responsáveis.

Estrutura da Sessão:

- 1. Introdução:** Breve explicação sobre o propósito da sessão: *cyberbullying* e *sexting*; Importância da conscientização sobre os perigos da *Internet*. (Apêndice VIII)
- 2. Vídeos Ilustrativos:** Apresentação dos dois vídeos de experiências sociais: um sobre *cyberbullying* e outro sobre *sexting*. Observação atenta dos participantes. Identificação dos crimes presentes nos vídeos.
- 3. Debate e Reflexão em Grupo:** Distribuição de uma folha com questões orientadoras (Apêndice IX). Promover debate sobre os perigos evidenciados nos vídeos, identificando ações incorretas e propondo atitudes responsáveis. Fomentar uma discussão aberta sobre as consequências negativas dos media, bem como estratégias para enfrentar o *cyberbullying* e o *sexting*. Rever vídeos
- 4. Conclusão:** Recapitulação dos principais pontos discutidos. Reforço da importância de comportamentos responsáveis. Informação sobre recursos de apoio disponíveis para casos de risco *online*.

Anexo, junto ao apêndice IX, algumas das respostas fornecidas.

5ª Sessão: Cyberbullying

Objetivo da Sessão: Reconhecer os perigos associados ao *cyberbullying*, promover a reflexão crítica e desenvolver a empatia entre os jovens.

Estrutura da Sessão:

- 1. Introdução:** Contextualizar a importância de discutir o *cyberbullying* no contexto do projeto socioeducativo.
- 2. Levantamento de Conhecimento:** Distribuir o questionário "O que sei sobre *cyberbullying*" para avaliar o conhecimento inicial dos jovens e como lidar com o mesmo. (Apêndice X)
- 3. Apresentação do Conceito:** Apresentar a definição formal de *cyberbullying*. Discutir as principais características e formas de manifestação do *cyberbullying*.

4. **Dinâmica em duplas - Identificação de Situações:** Dividir os jovens em duplas. Distribuir diferentes situações em papel para cada dupla. Solicitar que identifiquem a forma de *cyberbullying* retratada em cada situação.
5. **Discussão em Grupo:** Cada dupla partilha as suas conclusões com o grupo. Facilitar uma discussão sobre as diferentes formas de *cyberbullying* e suas potenciais consequências.
6. **Exercício de Empatia:** Permitir que os participantes explorem os efeitos emocionais do *cyberbullying*, tanto ao receber comentários negativos quanto ao procurar ajuda. Apresentar a primeira imagem que representa uma tela de computador com um comentário negativo. Pedir aos participantes que, individualmente, escrevam exemplos de comentários negativos que podem ser recebidos virtualmente. Eles devem considerar comentários que poderiam ser dirigidos a eles ou a outras pessoas. Após escreverem os seus exemplos, permite-se que os participantes partilhem voluntariamente alguns dos comentários que escreveram. Iniciar uma discussão sobre como esses comentários podem afetar emocionalmente alguém que os recebe, explorando sentimentos como tristeza, raiva, frustração, e impactos na autoestima e bem-estar mental. Mostrar a segunda imagem que representa uma pessoa a expressar emoções após pedir ajuda. Pedir aos participantes que, individualmente, expressem como alguém que sofre de *cyberbullying* pode se sentir depois de pedir ajuda. Eles podem considerar uma variedade de emoções e pensamentos que essa pessoa poderia experimentar. Após escreverem as suas reflexões, os participantes partilham as suas ideias sobre como alguém que pede ajuda pode se sentir. Iniciar uma discussão sobre a importância de procurar apoio e as barreiras emocionais que alguém pode enfrentar ao fazer isso, como vergonha, medo do julgamento ou preocupação com a repercussão. (Apêndice XI)
7. **Conclusão e Reflexão:** Recapitular os principais pontos discutidos. Incentivar uma reflexão sobre comportamentos responsáveis e empatia no ambiente *online*. Destacar a importância da empatia e do apoio mútuo.

6ª Sessão: *Sexting*

Objetivo da Sessão: Reconhecer os perigos associados ao *sexting*, promover a reflexão crítica e desenvolver a empatia entre os jovens.

Estrutura da Sessão:

1. **Introdução:** Contextualizar a importância de discutir o *sexting* no contexto do projeto socioeducativo.
2. **Levantamento de Conhecimento:** Distribuir o questionário "O que sei sobre *sexting*" para avaliar o conhecimento inicial dos jovens e como lidar com o mesmo. (Apêndice XII)
3. **Apresentação do Conceito:** Apresentar a definição formal de *sexting*. Discutir as principais características e formas de manifestação do mesmo.
4. **Dinâmicas de grupo:** "Jogo de correspondência e Sopa de letras": Ajuda os jovens a se familiarizarem com o vocabulário necessário para discutir estes temas, auxiliando a melhorar a atenção, concentração e habilidades de reconhecimento visual, promovendo a colaboração. (Apêndice XIII). "Palavras cruzadas": Jogo de raciocínio lógico e associação que melhora a habilidade de resolver problemas e pensar de forma lógica. (Apêndice XIV). "E se fosse contigo": Os participantes são apresentados a cenários hipotéticos e devem discutir ou encenar como reagiriam nessas situações. Este jogo envolve interpretação de papéis e discussões em grupo. Desenvolve a habilidade de se colocar no lugar do outro, compreende diferentes perspectivas e ajuda os jovens a praticar a tomada de decisões em situações complexas e potencialmente delicadas, melhorando assim, habilidades de comunicação e discussão em grupo. (Apêndice XV). Anexo, junto ao apêndice XV, algumas das respostas fornecidas.

7ª Sessão: *Internet* segura – Comportamentos responsáveis, prevenção e cuidados a ter

Objetivo da Sessão: Ensinar comportamentos responsáveis ao utilizar a *Internet*.

Informar sobre medidas de proteção e cuidados necessários ao navegar na *Internet*.

Estrutura da Sessão:

1. **Introdução:** Quebra-gelo: Perguntar aos jovens sobre suas atividades favoritas na *Internet* e suas experiências positivas e negativas *online*.
2. **Histórias Reais:** Apresentar casos reais de jovens que enfrentaram problemas devido a comportamentos *online* inadequados.
3. **Prevenção e Cuidados a Ter na Internet:** Distribuir um *Flyer* (Apêndice XVI) com a principal informação. Medidas de Segurança: Ensinar sobre senhas seguras,

privacidade nas redes sociais, verificar fontes de informações, etc. Demonstração Prática: Mostrar como configurar as configurações de privacidade em redes sociais populares. *Checklist* de Segurança: Fornecer uma lista de medidas que os jovens podem adotar para se proteger *online*.

4. **Encerramento e Espaço para Perguntas:** Resumo dos Pontos Principais: Recapitular os pontos-chave discutidos durante a sessão. Perguntas e Respostas: Abrir espaço para que os jovens façam perguntas e expressem suas preocupações. Materiais Adicionais: Distribuir links para recursos adicionais sobre segurança na *Internet*.

8ª Sessão: Reflexão final da ação

Objetivo da Sessão: Avaliar o conhecimento adquirido pelos jovens ao longo das sessões. Refletir sobre os comportamentos relacionados ao uso da *Internet*. Compreender o impacto do uso excessivo da *Internet* na vida dos jovens. Obter feedback sobre a satisfação dos participantes com as sessões realizadas.

Estrutura da Sessão:

1. **Quiz Interativo sobre Uso da *Internet* por Crianças e Jovens:** Apresentação das questões para avaliar o conhecimento, as cognições e os comportamentos relacionados ao uso problemático da *Internet* feitas numa primeira sessão. (Apêndice I). O objetivo é também avaliar as consequências negativas vivenciadas e o impacto do uso excessivo da *Internet* em diferentes áreas da vida dos jovens. Após o *quiz*, discutir os resultados e esclarecer eventuais dúvidas, promovendo uma reflexão coletiva.
2. **Questionário: O que aprendeste?:** Entregar um questionário impresso ou disponibilizar uma versão digital para que os jovens possam refletir sobre o que aprenderam durante todas as sessões. Orientar os jovens a preencherem com sinceridade, destacando os conhecimentos adquiridos e mudanças de comportamento. Recolher alguns feedbacks voluntários dos participantes sobre as suas aprendizagens mais significativas. (Apêndice XVII)
3. **Questionário de satisfação:** Fornecer um questionário para avaliar a satisfação dos jovens em relação às sessões realizadas. Solicitar que os jovens avaliem diferentes aspetos da sessão, como conteúdos abordados, dinâmicas utilizadas,

qualidade dos materiais e a competência dos facilitadores. Garantir que todas as respostas são anónimas para obter feedback honesto e construtivo. (Apêndice XVIII)

- 4. Discussão Aberta e Encerramento:** Abrir um espaço para que os jovens façam comentários adicionais. Recapitular a importância dos temas abordados e encorajar os jovens a continuar a aplicar os conhecimentos adquiridos no seu dia-a-dia. Agradecer a participação ativa dos jovens ao longo das sessões e entregar um Certificado de Participação (Apêndice XIX).

Reflexão das sessões:

A Participante A, sendo a mais velha, sente necessidade de se afirmar perante o grupo, frequentemente repreendendo os outros. Inicialmente, mostrou-se muito reticente e pouco recetiva, mas foi melhorando ao longo das sessões, começando a aceitar e interagir mais. Este comportamento pode refletir uma tentativa de estabelecer autoridade e identidade dentro do grupo. A sua evolução positiva indica que as sessões proporcionaram um espaço seguro para o desenvolvimento de competências sociais e a diminuição da resistência inicial.

A Participante B revelou que, ao chegar à casa de acolhimento, se refugiou no telemóvel e evitou o convívio com os pares. Este comportamento pode ser interpretado como uma estratégia para lidar com a mudança e a adaptação a um novo ambiente. O uso do telemóvel como refúgio indica uma procura de segurança e familiaridade num contexto desconhecido. É importante considerar intervenções que promovam a integração e a interação social de forma gradual e suportada.

A Participante C, apesar de ser sempre tímida e silenciosa, mostrou-se assertiva nas suas interações. A combinação de timidez e assertividade indica uma confiança interna que permite ao participante expressar-se de forma clara quando necessário. Este equilíbrio é crucial e deve ser estimulado, oferecendo oportunidades para que a participante continue a fortalecer a sua autoconfiança.

A Participante D demonstrou entusiasmo desde o início, sendo sempre a primeira a querer participar e a ler os *PowerPoints* apresentados. Este comportamento proativo sugere um alto nível de motivação e interesse nas atividades propostas. Participantes como D podem servir de modelos positivos para os seus pares, incentivando a participação e o envolvimento nas sessões.

A Participante E mantém muitos amigos *online* e já marcou encontros com alguns deles. Este comportamento acentua a necessidade de reforçar a educação sobre segurança *online* e as precauções a tomar ao conhecer pessoas desconhecidas da *Internet*. Desta forma, surge a importância de incluir discussões sobre os protocolos de segurança e os riscos envolvidos nestas interações.

Similar ao Participante E, a Participante F também revelou que mantém muitos amigos *online*, embora sejam desconhecidos. Este comportamento é comum na era digital, onde as interações virtuais muitas vezes substituem as relações presenciais. No entanto, é vital discutir os potenciais riscos associados às amizades *online*, como a veracidade das identidades e a segurança pessoal.

A Participante G admitiu que já enviou fotos nuas para rapazes. Esta revelação destaca uma questão crítica de segurança e privacidade *online*. A partilha de conteúdos íntimos pode ter repercussões significativas na vida dos jovens, incluindo a exposição ao *bullying*, chantagem e outras formas de exploração. Este comportamento sugere a necessidade de uma educação contínua sobre os riscos e as medidas de proteção *online*, bem como a criação de um ambiente seguro onde os jovens possam discutir estas questões abertamente.

Conclusão Geral

Todos as participantes mostraram entusiasmo com as plataformas utilizadas, como o *mentimeter* e o *quiziz*, familiarizando-se com estas ferramentas através da escola. O uso destas plataformas interativas nas sessões parece ter sido eficaz na captação do interesse e na promoção do envolvimento dos jovens. É essencial continuar a utilizar ferramentas tecnológicas que ressoem com os interesses dos participantes, facilitando uma aprendizagem dinâmica e participativa.

A diversidade de comportamentos e revelações das participantes destaca a importância de abordagens personalizadas e sensíveis às necessidades individuais. As sessões proporcionaram um espaço de crescimento, aprendizagem e desenvolvimento social, promovendo a inclusão e a segurança tanto *offline* como *online*.

6.9 Avaliação/resultados

Após a definição dos objetivos da avaliação e a elaboração dos instrumentos correspondentes, procedeu-se à sua aplicação. Para essa avaliação, recorreu-se ao Modelo

de Donald Kirkpatrick (1959), constituído por quatro níveis de avaliação, descritos a seguir:

1. **Nível de Avaliação da Satisfação:** Foi aplicado um questionário na última sessão, composto por 10 questões numa escala de *Likert*, com o intuito de analisar a percepção e a satisfação dos participantes em relação ao programa. Este questionário encontra-se disponível em Apêndice XIII.

Figura 1 - Grau de satisfação das participantes quanto à pergunta “Qual é o teu nível de satisfação geral com o projeto?”.

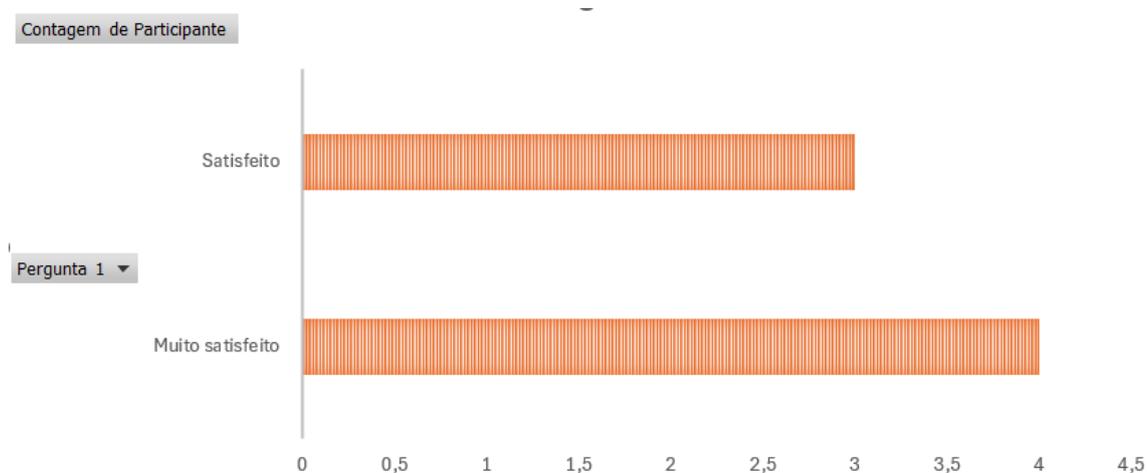
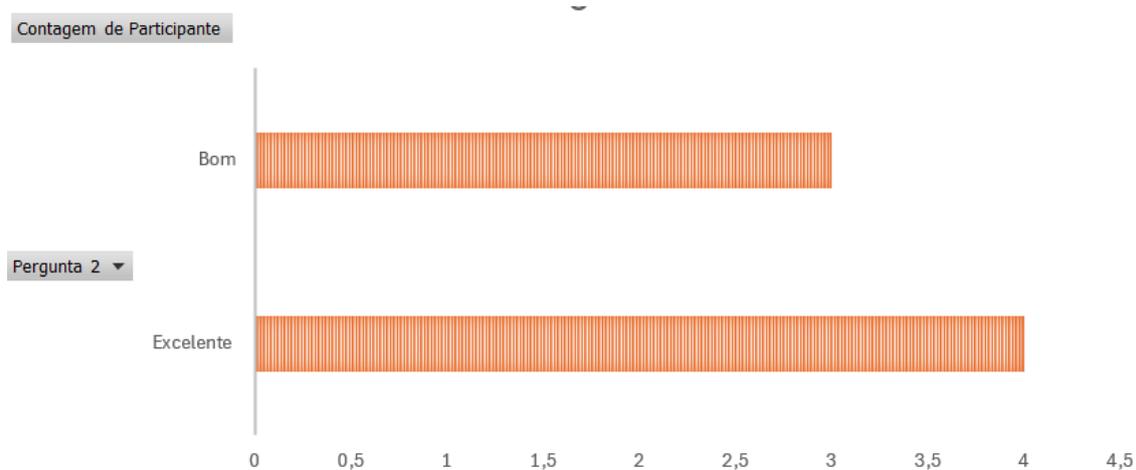


Figura 2 - Grau de satisfação das participantes quanto à pergunta “Como classificarias a qualidade das sessões em termos de conteúdo e apresentação?”.



Na figura 1, é apresentado o balanço geral do projeto, que foi positivo, com a maioria das participantes a expressar uma elevada satisfação em relação às sessões dinamizadas. Na figura 2, as participantes avaliaram a qualidade das sessões como boa a excelente, destacando a sua utilidade para o desenvolvimento pessoal e profissional.

Figura 3 - Grau de satisfação das participantes quanto à pergunta “As sessões corresponderam às tuas expectativas?”.

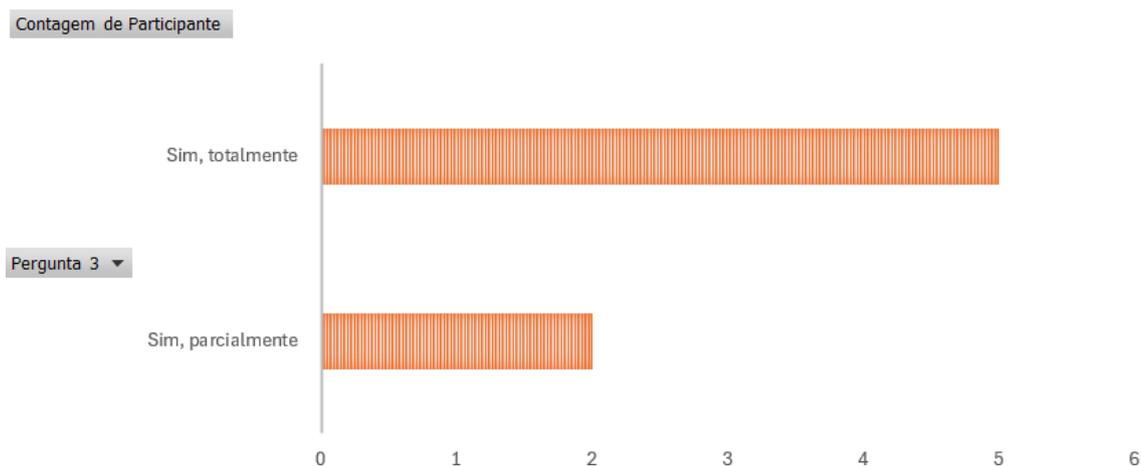
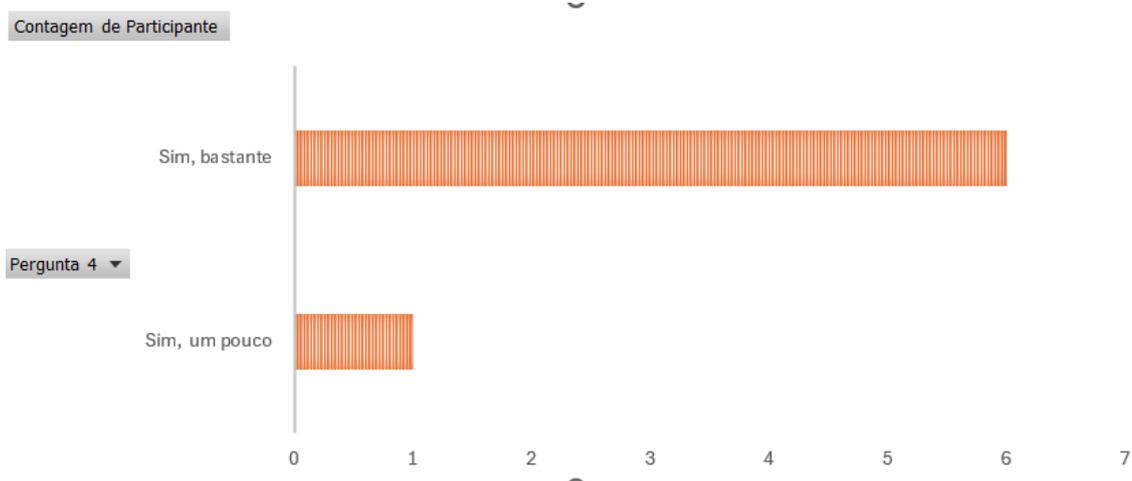


Figura 4 - Grau de satisfação das participantes quanto à pergunta “Consideras que as sessões foram úteis para o teu desenvolvimento pessoal/profissional?”.



Relativamente às figuras 3 e 4, as reações continuaram a ser positivas, refletindo um elevado grau de satisfação tanto em relação às expectativas criadas como à perceção da utilidade do projeto para o desenvolvimento pessoal e profissional.

Figura 5 – Grau de satisfação das participantes quanto à pergunta “Qual foi o aspeto mais útil ou interessante das sessões para ti?”.

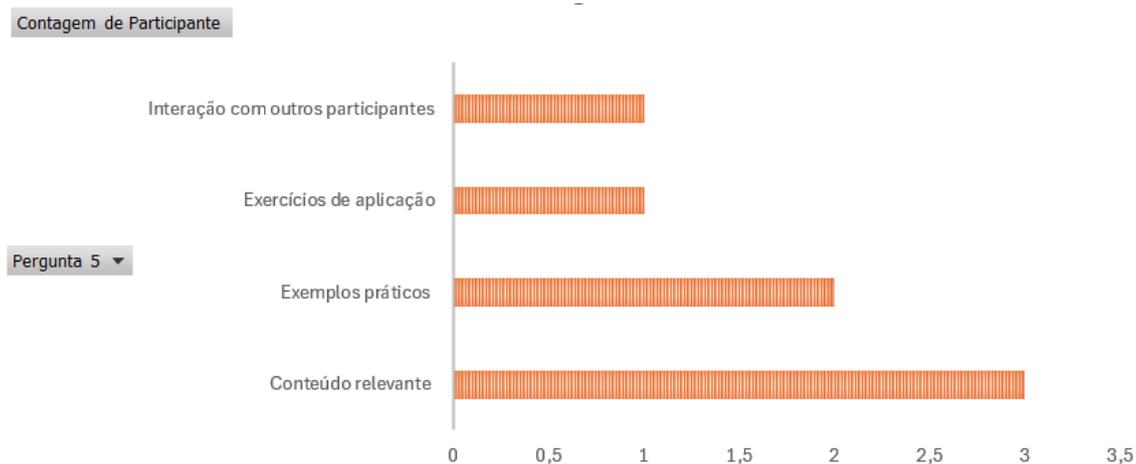


Figura 6 – Grau de satisfação das participantes quanto à pergunta “Houve alguma área que achaste que poderia ter sido melhor abordada ou que ficou em falta nas sessões dinamizadas?”.

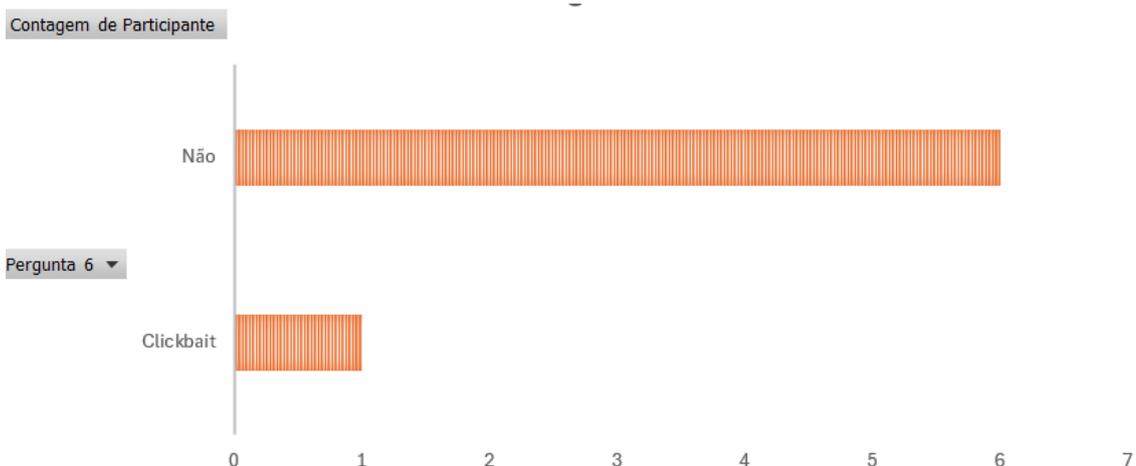


Figura 7 – Grau de satisfação das participantes quanto à pergunta “Como avalias a interação com a dinamizadora durante as sessões?”.

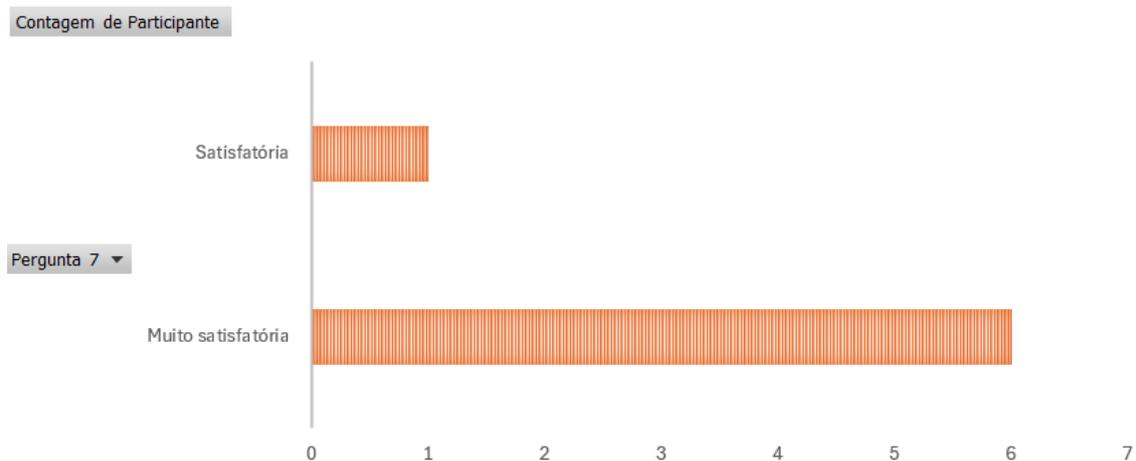
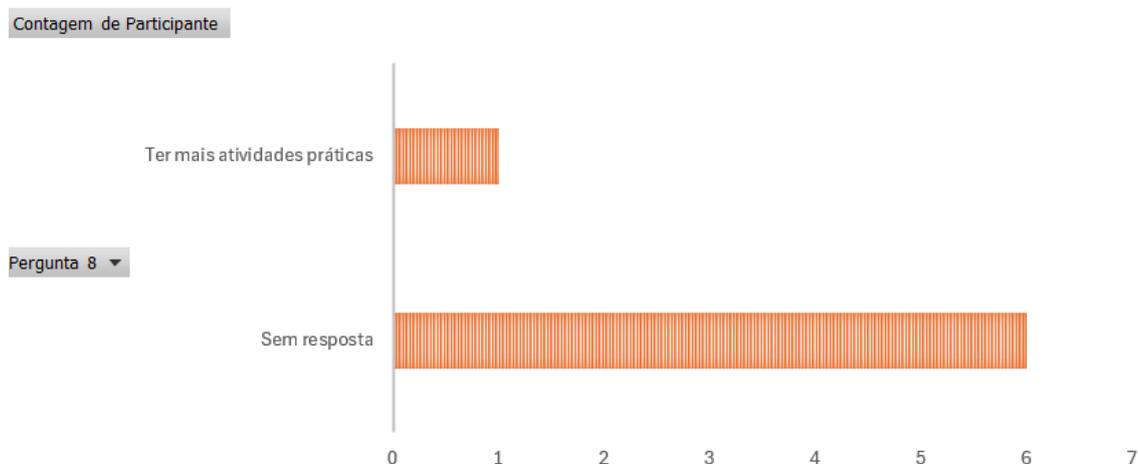


Figura 8 – Grau de satisfação das participantes quanto à pergunta “Que sugestões tens para melhorar as sessões dinamizadas no futuro?”.



É também possível verificar na figura 7 que a interação com a dinamizadora foi amplamente considerada satisfatória. Algumas participantes destacaram diferentes aspectos das sessões: três realçaram a relevância do conteúdo, dois consideraram os exemplos práticos como os mais úteis, um achou que a interação com outros participantes foi o mais interessante e um mencionou os exercícios de aplicação, conforme visível na figura 5. No entanto, na figura 8, é possível observar que foi sugerido incluir mais exercícios de aplicação prática como forma de melhorar as sessões dinamizadas no futuro.

Com base na figura 6, apenas uma participante achou que o tema do “*Clickbait*”, apesar de ter sido mencionado, não foi muito explorado. Esta participante considerou que o assunto poderia ter sido melhor abordado, sentindo que isso faltou nas sessões dinamizadas.

Figura 9 – Grau de satisfação das participantes quanto à pergunta “Consideras que o projeto de intervenção contribuíram para alcançar os objetivos propostos?”.

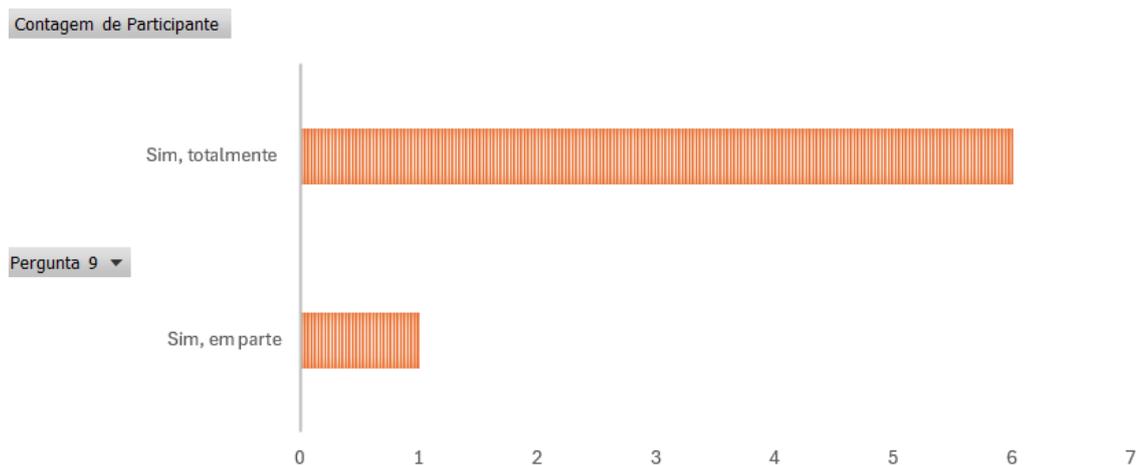
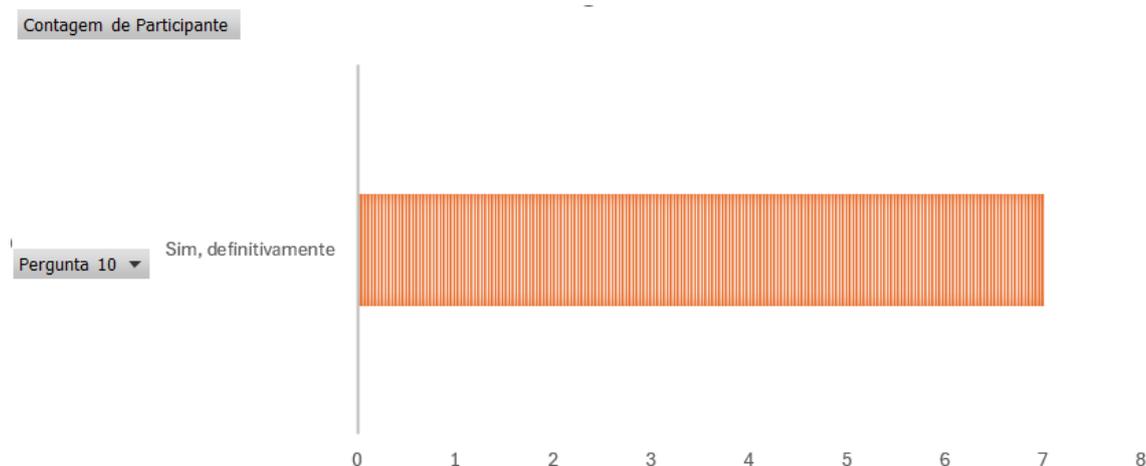


Figura 10 – Grau de satisfação das participantes quanto à pergunta “Recomendarias este projeto de intervenção e as sessões dinamizadas a outras pessoas?”.



Para tanto, nas figuras 9 e 10, verificamos um elevado grau de satisfação em relação ao alcance dos objetivos propostos. Além disso, todas as participantes considerou que este seria definitivamente um projeto de intervenção a recomendar.

Figura 11 – Grau de satisfação das participantes quanto aos comentários adicionais.



Adicionalmente, alguns comentários refletem o impacto positivo das sessões na vida pessoal dos participantes, que é visível na figura 11. Comentários como “Foi bom também para aliviar de tudo o resto e passar e aprender em grupo e com amigas” destacam o valor das sessões como um espaço de aprendizagem e socialização, proporcionando uma pausa das responsabilidades diárias. Agradecimentos como “Obrigado pela

participação ativa, foi muito especial” sublinham a importância da interação e do envolvimento mútuo, enquanto afirmações como “Adorei todas as sessões” evidenciam a satisfação geral e o apreço pelo programa.

Em conclusão, os resultados do questionário de satisfação indicam que o projeto foi bem-recebido, com a maioria das participantes a expressar elevada satisfação e a considerar as sessões úteis para o seu desenvolvimento pessoal e profissional. A interação com a dinamizadora e entre os participantes foi positiva, e os conteúdos práticos foram especialmente valorizados. Estes feedbacks são essenciais para aperfeiçoar futuras experiências, garantindo que continuem a atender às expectativas e necessidades dos participantes, ao mesmo tempo que proporcionam um ambiente acolhedor e enriquecedor.

- 2. Nível de Avaliação das Aprendizagens:** O segundo nível do Modelo de Kirkpatrick (1959) teve como objetivo medir o progresso e aquisição de conhecimento dos participantes. Para isso, foi utilizado um *Quis* de avaliação, aplicado tanto na primeira sessão como na última, contendo o mesmo número de questões de escolha múltipla relacionadas com os temas abordados nas sessões. De seguida, as respostas ao *Quis* serão analisadas e apresentadas em gráfico para uma melhor compreensão dos resultados. O *Quis* está disponível no anexo.

Figura 12 – Resultados ao *Quiz* de avaliação da 1ª Sessão.

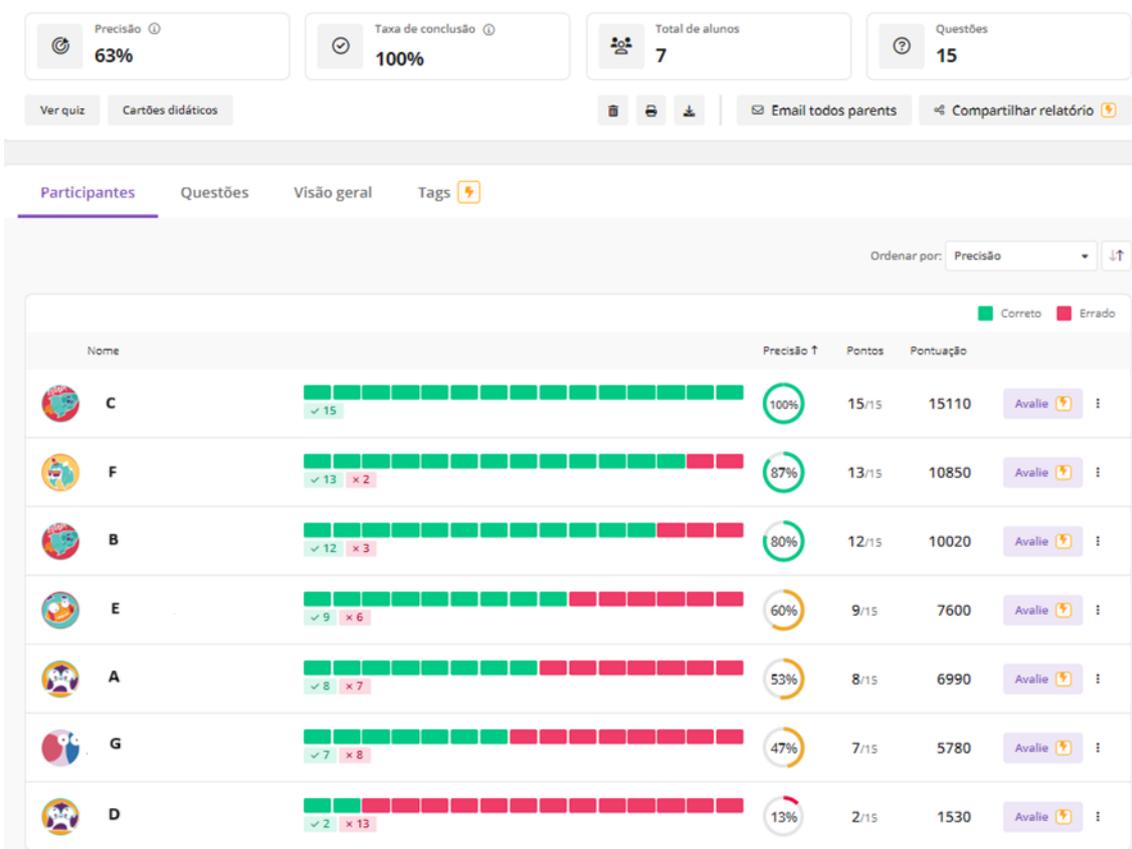


Figura 13 – Resultados ao *Quiz* de avaliação da 8ª Sessão.



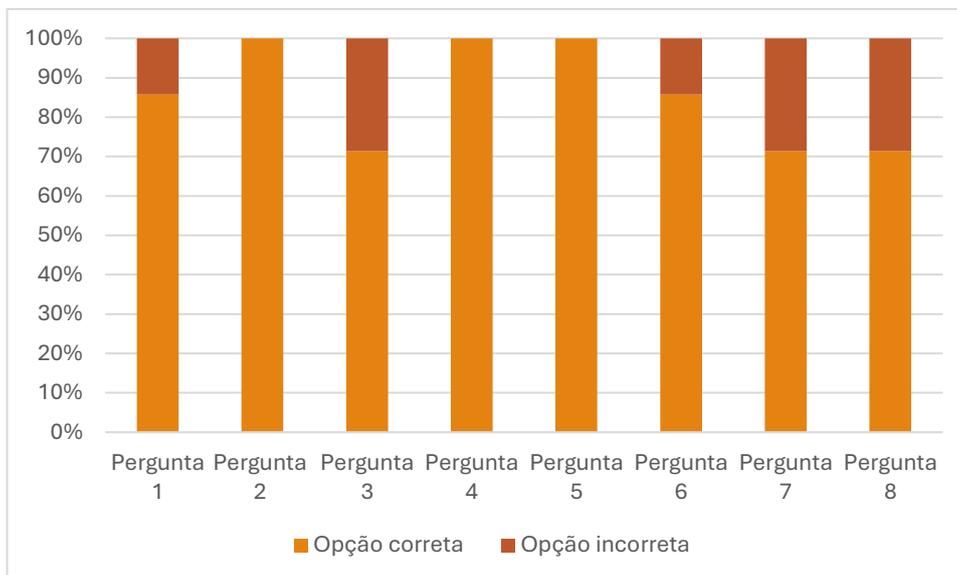
Nota: O resultado da participante B não é válido devido a uma falha no sistema do telemóvel. No entanto, considerando as 15 perguntas do *quiz online*, a participante apenas falhou 1 pergunta e acertou corretamente nas restantes.

O estudo permitiu observar que a maioria dos participantes demonstrou algum nível de progresso no seu conhecimento, com destaque para a participante D, que teve uma evolução notável. Na primeira sessão, acertou apenas duas perguntas, já na última sessão, errou apenas quatro das quinze perguntas, demonstrando um progresso significativo. A participante C errou uma pergunta na fase final, mas indicou que se enganou. Este erro isolado não compromete a sua aplicação e desempenho geral, que foi muito positivo. As jovens A e E mantiveram os mesmos resultados ao longo do tempo, mostrando consistência nas suas respostas, mas sem evidência de evolução significativa. A participante G foi a única participante que não mostrou evolução. Os seus resultados permaneceram inalterados, indicando uma necessidade de apoio adicional para melhorar as suas aprendizagens.

Estes resultados indicam que, embora o método de avaliação utilizado tenha sido eficaz para a maioria das participantes, é necessário adaptar abordagens de ensino para aqueles que não demonstraram evolução, garantindo assim uma aprendizagem mais inclusiva e eficaz para todos.

3. **Nível de Transferência da aprendizagem:** Este nível visa avaliar em que medida os alunos conseguiram aplicar no quotidiano as aprendizagens adquiridas. Para tal, foi utilizado um questionário com 8 questões, além de um exercício de Verdadeiro e Falso. O questionário encontra-se anexado em apêndice para referência. (Apêndice XII)

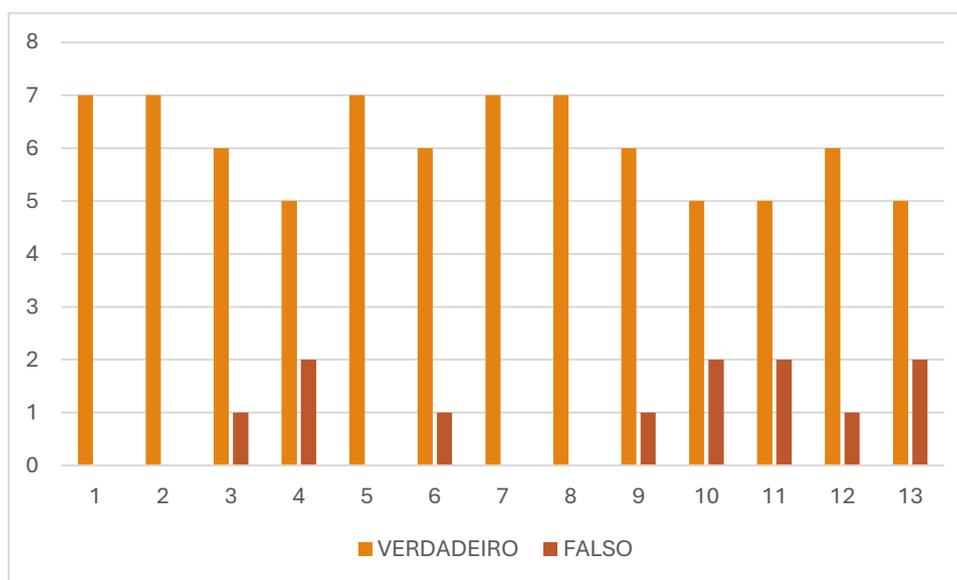
Figura 14 – Resultados às questões de avaliação de Escolha Múltipla.



Como comprova a figura acima, o questionário revelou um desempenho positivo por parte dos participantes. A maioria das indivíduos, conseguiu responder corretamente à maioria das perguntas de escolha múltipla. Este resultado indica que os participantes conseguiram assimilar e aplicar de forma eficaz os conhecimentos transmitidos durante as sessões.

Destaca-se que, nas perguntas 2, 4 e 5 de escolha múltipla, a totalidade das participantes respondeu corretamente. Este facto demonstra uma compreensão sólida dos conteúdos abordados nessas áreas específicas, refletindo uma excelente transferência das aprendizagens adquiridas. É importante destacar que estas perguntas exigiam não apenas a memorização, mas também a capacidade de aplicar o conhecimento em contextos específicos, demonstrando a eficácia das estratégias pedagógicas utilizadas nas sessões.

Figura 15 – Resultados às questões de avaliação de Verdadeiro e Falso.



Por outro lado, no que concerne à pergunta de verdadeiro e falso, o balanço foi igualmente positivo. Destaca-se que, nas frases 1, 2, 5, 7 e 8, a totalidade das participantes respondeu corretamente. Este resultado reafirma a boa compreensão dos conceitos abordados, embora a ligeira margem de erro nas outras frases sugira a necessidade de reforçar determinados aspetos para garantir uma compreensão ainda mais abrangente.

Em suma, os resultados do questionário indicam que os participantes adquiriram de forma eficaz os conhecimentos sobre comportamentos de risco *online*, evidenciando uma boa transferência das aprendizagens. A elevada taxa de respostas corretas tanto nas

perguntas de escolha múltipla como na pergunta de verdadeiro e falso demonstra que os objetivos formativos foram alcançados com sucesso.

Este balanço positivo sublinha a importância de continuar a desenvolver e aplicar metodologias de ensino que promovam a assimilação e aplicação prática dos conhecimentos, garantindo que os participantes estão bem equipados para lidar com comportamentos de risco *online*.

O estudo comprova, assim, que as sessões foram eficazes na transmissão dos conhecimentos pretendidos, proporcionando às participantes as ferramentas necessárias para reconhecer e responder adequadamente a situações de risco no ambiente *online*.

4. **Nível de Avaliação dos resultados:** O objetivo deste nível, no modelo de Kirkpatrick, é medir o impacto final do treino ou intervenção sobre os resultados organizacionais. No contexto do projeto, o nível 4 avalia os efeitos globais e duradouros da intervenção. Deste modo, a equipa técnica demonstrou uma vontade expressiva de aplicar o projeto a outro grupo de residentes. Esta motivação surge do reconhecimento da importância de enfrentar e mitigar os comportamentos de risco na internet, um problema crescente e complexo que afeta significativamente a população jovem. A análise dos resultados obtidos no grupo piloto revelou melhorias substanciais na consciência e comportamento dos jovens em relação aos perigos online, reforçando a convicção da equipa na eficácia do programa. Além da vontade expressa pela equipa técnica, houve uma manifestação espontânea de interesse por parte de outros meninos residentes na casa de acolhimento em participar no projeto. Esta procura indica não apenas uma relevância percebida do tema, mas também a credibilidade e atratividade do programa implementado. As jovens que participaram no projeto inicial partilharam as suas experiências positivas e aprendizagens, influenciando os seus pares a desejarem o mesmo tipo de intervenção educativa. Portanto, a conjugação da vontade da equipa técnica e o interesse dos jovens residentes sugerem uma base sólida para a sustentabilidade e expansão do projeto.

Capítulo 7 – Atividades Complementares

Integrar atividades complementares no estágio realizado é uma oportunidade enriquecedora não apenas para ampliar conhecimentos técnicos, mas também para

desenvolver habilidades interpessoais e sensibilidade social. Durante o estágio neste ambiente, procurei não apenas cumprir as minhas obrigações acadêmicas, mas também contribuir de forma significativa para o bem-estar e o desenvolvimento dos jovens acolhidos.

7.1 Atividades de suporte de organização de vida diária e de promoção do bem-estar emocional e social

Durante o período de estágio na instituição, estive envolvida em diversas atividades que foram realizadas de forma sistemática e regular, contribuindo para a gestão eficiente da unidade e o desenvolvimento integral dos residentes. Aqui descreve-se as principais atividades realizadas, destacando as estratégias adotadas para melhorar a rotina, promover a autonomia e responsabilidade dos jovens, e fomentar o seu bem-estar emocional e social.

Para tal, sempre que as crianças/jovens chegam à instituição, asseguramos assistência na orientação e supervisão da higiene, auxiliamos nas suas tarefas escolares e participamos nos momentos de lazer com os residentes. Desde o início, procurei diversificar as minhas contribuições, mostrando interesse e adaptando-me às necessidades específicas dos jovens e às diretrizes da instituição.

Para melhorar a gestão da rotina e organização da unidade onde estou mais alocada, criei um cartaz da unidade que incluía a escala semanal das tarefas, horários individuais para cada jovem, diligências e tabelas de almoços, etc (Apêndice XX). Esta abordagem promoveu a distribuição equitativa de responsabilidades e promoveu a autonomia e o sentido de responsabilidade entre os jovens da unidade. Além disso, elaborei um dossiê da unidade em colaboração com a equipa educativa, contendo toda a documentação detalhada de cada jovem e as planificações de atividades realizadas ao longo do ano, garantindo uma abordagem transparente e estruturada na gestão da unidade. Ao manter este registo organizado, foi possível assegurar uma resposta eficaz às necessidades dos jovens e uma prestação de cuidados de qualidade.

No decorrer deste estágio, implementamos uma série de atividades que visavam não apenas o desenvolvimento profissional dos jovens, mas também o seu bem-estar emocional e social. Uma dessas atividades, intitulada de “É Hora de Jantar”, promoveu momentos de relaxamento e reflexão durante os períodos de refeição, através de dinâmicas que estimulavam a interação e a reflexão pessoal.

Durante o jantar, especialmente quando os jovens estão mais agitados, realizamos uma breve dinâmica para restabelecer a serenidade no ambiente. Esta dinâmica consiste em iniciar um jogo em que cada participante acrescenta uma palavra à frase original, repetindo-a completa após a sua adição. Por exemplo, a frase de partida poderia ser: "Acordei de manhã muito cedo, fui tomar o pequeno-almoço e só tinha leite." Cada jovem contribui com uma palavra, resultando numa construção coletiva, como por exemplo: "Acordei de manhã muito cedo, fui tomar o pequeno-almoço e só tinha leite, fui ao supermercado e comprei pão, manteiga e fiambre." Este exercício não só proporciona diversão, como também permite avaliar a capacidade de atenção dos jovens e a sua habilidade para dar continuidade à proposta inicial de forma coerente.

Outra atividade realizada durante o jantar consistia em questionar cada jovem sobre três ações das quais se arrependem e que nunca pretendem repetir. Este exercício teve como objetivo promover a reflexão pessoal de forma breve e estimular a consciência sobre escolhas passadas. As respostas obtidas foram impactantes, abrangendo desde furtos e insultos a gestos mais graves ou simples. Alguns relatos foram detalhados, destacando a importância da reflexão pessoal. Em certos casos, a partilha das experiências chegou a provocar emoções nos participantes.

Uma outra variação deste exercício envolvia cada jovem identificar três coisas que acham que o colega ao seu lado pode melhorar. Este exercício promoveu não só a autorreflexão, mas também a capacidade de observação e comunicação entre os jovens, incentivando o desenvolvimento de relações interpessoais saudáveis e a construção de um ambiente colaborativo e de apoio mútuo.

Além das atividades internas, organizamos regularmente vários passeios pela cidade para distrair os jovens em momentos de agitação, oferecendo-lhes momentos de descontração e reflexão.

No âmbito da saúde e bem-estar, realizei diversas visitas regulares a profissionais de saúde, tais como consultas supervisionadas, terapias e idas ao oftalmologista, garantindo assim que as necessidades médicas dos jovens fossem devidamente atendidas.

7.2 Atividades associadas a períodos celebrações festivas

Durante as festividades de Natal e Páscoa, a decoração da casa foi um momento especial, onde tanto eu como os jovens pudemos participar na criação de um ambiente

acolhedor e festivo. Através da decoração temática, fomentamos o espírito de união e partilha entre os jovens, proporcionando-lhes um espaço familiar e reconfortante.

Além disso, nos aniversários das crianças e jovens oferecemos uma celebração única, começando com a decoração da sala de estar, seguida pela escolha dos detalhes do bolo de aniversário pela criança/jovem, e concluindo com um lanche convívio com toda a instituição.

7.3 Atividades de lazer

Durante as férias, planeamos atividades para proporcionar momentos de diversão e relaxamento para os acolhidos. Desde idas aos karts e bowling a piqueniques no parque da cidade, estas experiências promoveram a integração social e a criação de memórias positivas, permitindo que os jovens explorassem novos espaços e atividades recreativas. (planificações de algumas atividades em Apêndice XXI).

Considerações Finais

Ao longo de todo o estágio, desempenhei consistentemente as funções das educadoras e, após alguns meses, já assumia a gestão da unidade de forma independente quando assim era necessário. Durante todo este processo, esta experiência foi desafiante, mas também incrivelmente gratificante. Dia após dia, pude testar e aprimorar as minhas competências, enfrentando uma variedade de situações e obstáculos que surgiram no ambiente de trabalho. Aprendi a tomar decisões rápidas e assertivas, a liderar e a gerir recursos de forma eficaz. Esta experiência foi fundamental para o meu crescimento profissional e pessoal, proporcionando-me um maior entendimento sobre a importância do trabalho em equipa e da dedicação na consecução de objetivos. Além disso, o apoio dos educadores sociais presentes foi crucial ao longo deste percurso, contribuindo significativamente para o desenvolvimento do meu trabalho.

As atividades desenvolvidas durante o estágio foram essenciais para a criação de um ambiente estruturado, onde a autonomia, a responsabilidade e o bem-estar dos jovens foram constantemente promovidos. A implementação de dinâmicas de grupo e a organização de atividades internas e externas contribuíram significativamente para o desenvolvimento emocional e social dos jovens, bem como para a sua integração e adaptação à vida em comunidade. Este período de estágio foi uma experiência enriquecedora e formativa, que consolidou a minha vocação para trabalhar na área social.

Tendo isto em consideração, este relatório, elaborado com o intuito de obter o grau de Mestre em Ciências da Educação, representa não apenas uma conquista académica, mas também um marco de cinco anos de dedicação, aprendizagem contínua, desenvolvimento de competências e crescimento pessoal e profissional. Durante este percurso, tive a oportunidade enriquecedora de interagir com diversas pessoas e contextos, o que ampliou significativamente a minha formação.

Os desafios enfrentados ao longo deste caminho, especialmente no último ano, exigiram de mim resiliência e capacidade de adaptação, contribuindo assim para o meu amadurecimento e o fortalecimento de competências. Cada experiência vivida, cada obstáculo superado e cada nova descoberta representaram etapas cruciais que certamente deixarão uma marca indelével na minha vida. Este relatório reflete, portanto, um intenso processo de evolução e aperfeiçoamento, preparando-me de forma sólida para os futuros desafios pessoais e profissionais.

A escolha de realizar o estágio numa casa de acolhimento residencial foi cuidadosamente ponderada, uma vez que desde a licenciatura nutro um profundo interesse

por esta área específica. Durante o estágio, mergulhei no ambiente residencial, compreendendo não só as rotinas diárias, mas também as normativas legais que regulam esta importante resposta social. Esta experiência permitiu-me desenvolver diversas ferramentas de trabalho e criar materiais lúdico-pedagógicos para apoiar e enriquecer as atividades desenvolvidas com os jovens.

O estágio proporcionou-me um contacto diário e próximo com as crianças e jovens acolhidos, permitindo-me acompanhar de perto as suas vivências e necessidades. Além disso, interagi de forma contínua com a equipa técnica e educativa da casa, o que me possibilitou uma compreensão mais profunda das dinâmicas institucionais e do trabalho multidisciplinar necessário para o funcionamento eficaz de uma casa de acolhimento.

Durante os últimos meses, fui desafiada a confrontar e aplicar métodos e modelos teóricos na prática, o que se revelou uma experiência de aprendizagem incrivelmente enriquecedora. Destaco especialmente a importância da capacidade de análise de necessidades, fundamental para o sucesso deste estágio curricular.

A prática da escuta ativa, empatia, observação atenta e identificação das necessidades emergentes são competências essenciais para uma interação eficaz com os outros. Estas competências foram amplamente desenvolvidas no contexto do ambiente de acolhimento residencial, onde o contacto diário com as crianças e jovens exigiu uma abordagem sensível e atenta.

Durante o estágio, fui desafiada a colocar em prática estes conceitos, o que me permitiu aprimorar a minha capacidade de resposta e intervenção. A interação constante com a equipa técnica e educativa da instituição também foi crucial para o meu crescimento, proporcionando-me uma visão holística das dinâmicas internas e do funcionamento de uma casa de acolhimento.

A fase de observação e levantamento de necessidades desempenhou um papel fundamental, permitindo-me compreender em profundidade as dinâmicas internas da instituição e a relação próxima e positiva entre as crianças e jovens, educadores e restantes membros da equipa.

Destaco entre os diversos projetos desenvolvidos o trabalho sobre comportamentos de risco na *Internet*. Este projeto não só respondeu a uma necessidade identificada durante a análise, mas também funcionou como uma iniciativa para desenvolver competências pessoais e sociais nas crianças e jovens acolhidos. O objetivo deste recurso foi promover uma mudança significativa na abordagem da casa de

acolhimento, enfatizando a importância do acompanhamento, questionamento e apoio ao desenvolvimento dos jovens.

A elaboração deste projeto envolveu a criação de materiais educativos e a implementação de atividades para sensibilizar e educar as crianças e jovens sobre os perigos e precauções necessárias no uso da *Internet*. Esta experiência não só fortaleceu a minha compreensão teórica sobre o tema, como também proporcionou uma oportunidade prática para aplicar e testar estratégias de intervenção educativa.

O projeto de estágio focou-se num tema de crescente relevância na atualidade. Os jovens estão expostos a uma ampla gama de perigos *online*, como o *cyberbullying*, o *sexting* e o acesso a conteúdos inadequados, que podem afetar tanto o seu bem-estar emocional e psicológico quanto a sua segurança física.

Assim, o projeto visou compreender melhor o uso que os jovens fazem da *Internet*, promovendo uma maior adesão e envolvimento por parte delas. Inicialmente, as jovens mostraram-se reticentes em partilhar as suas opiniões e experiências sobre o tema, mas ao longo do tempo tornaram-se mais confortáveis e demonstraram maior interesse em adquirir novos conhecimentos.

Por fim, das oito sessões realizadas, todos os conhecimentos transmitidos foram colocados em prática. A avaliação da eficácia do projeto foi realizada com base no Modelo de Donald Kirkpatrick, que permitiu uma análise detalhada de diferentes níveis de impacto. Primeiramente, a satisfação dos participantes foi avaliada através de questionários e feedback direto, assegurando que as atividades foram bem recebidas e que os materiais educativos eram adequados e relevantes. Em segundo lugar, foi realizado o Nível de Avaliação das Aprendizagens, onde se mediu a aquisição dos conhecimentos pelos participantes. Em terceiro, a transferência da aprendizagem foi medida, observando-se se os participantes conseguiram aplicar os conhecimentos adquiridos nas suas interações diárias com a Internet, demonstrando uma compreensão aprimorada das práticas seguras online, através de exercícios. Este processo de avaliação permitiu identificar pontos fortes e áreas a melhorar, garantindo a eficácia contínua e a evolução das intervenções educativas futuras. Em quarto e último lugar, a avaliação dos resultados que foi medido através da observação de mudanças nos comportamentos dos jovens após a intervenção, análise de feedback fornecido pelos participantes e pela equipa técnica, e pela avaliação do interesse demonstrado por outros residentes em participar no projeto.

Deste modo, ao refletirmos sobre o trabalho realizado, apresentamos no seguinte Quadro 4 uma análise *SWOT* referente ao ano letivo 2023/2024. Esta análise visa destacar

tanto os pontos fortes e as oportunidades do estágio curricular, como também os pontos fracos e as ameaças que, em determinados momentos, condicionaram a nossa intervenção. Desta forma, procuramos proporcionar uma visão abrangente e crítica do percurso realizado, identificando os elementos que contribuíram para o sucesso das nossas atividades, bem como aqueles que representaram desafios e obstáculos ao longo do processo. Esta reflexão profunda e estruturada permitirá um entendimento mais claro das dinâmicas envolvidas e das lições aprendidas, contribuindo para a melhoria contínua das futuras práticas educativas.

Para tanto, podemos concluir que este estágio curricular foi uma experiência profundamente enriquecedora, contribuindo significativamente para o meu crescimento pessoal e profissional. Agradeço, assim, à instituição, aos seus dedicados profissionais e a todos os jovens que tornaram esta jornada tão especial e marcante.

Quadro 4 – Análise *SWOT*

Pontos Fortes	Oportunidades
<ul style="list-style-type: none"> - Forte interesse e compromisso com a área do acolhimento residencial; - Integração eficaz na instituição; - Relacionamento sólido e cooperativo com os agentes educativos e as crianças/jovens; - Participação ativa em iniciativas inovadoras dentro da instituição; - Suporte e orientação consistentes por parte de mentores e supervisores; - Oportunidades de aprendizagem e crescimento contínuo através de formação e feedback constante. 	<ul style="list-style-type: none"> - Oportunidade de desenvolver competências práticas em contextos reais; - Possibilidade de contribuir para a inovação e melhoria dos serviços prestados; - Desenvolvimento de um portefólio diversificado através da participação em diferentes atividades e funções.

Pontos Fracos	Ameaças
- Alta rotatividade de pessoal, afetando a continuidade e consistência do atendimento.	- Desmotivação da equipa devido à sobrecarga de trabalho.

Referências Bibliográficas

- APTSES. (2020). Documentos Profissionalizadores. Associação dos Profissionais Técnicos Superiores de Educação Social.
- Avaliação e intervenção terapêutica na utilização problemática da *internet* (UPI) em jovens : revisão da literatura (Janeiro-Dezembro 2016). *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente*. - ISSN 1647-4120. - V. 7, n. 1-2 (Janeiro-Dezembro 2016). - p. 221-243.
- Baltazar, N. (2004). Crescer com a *Internet*: Desafios e riscos. *Actas do III Sopocom, VI Lusocom e II Ibérico*, 4.
- Belloni, M. L. (2007). Infância, Mídias e educação: revisitando o conceito de socialização. *Perspectiva*, 25(1), 41-58.
- Besserra, L., Ponte, B. A. L., Silva, R. P., Beserra, E. P., Sousa, L. B. & Gubert, F. A. (2016). Atividade de vida “Comunicar” e uso de redes sociais sob a perspectiva de adolescentes. *Cogitare enfermagem*. 21(1), 01-09.
- Bravo, A., & Valle, J. (2009). Intervención Socioeducativa em Acogimiento Residencial. Dirección General de Políticas Sociales y el Centro de Estudios de La Administración Pública Regional de Cantabria: Colección Documentos Técnicos.
- Direção-Geral da Segurança Social. (2020). [Inserir detalhes da publicação, se disponíveis].
- Carneiro, R., Brito, A., Carvalho, A., Sampaio, D., Rocha, D., Gomes-Pedro, J., Azevedo, J., Roquette, J., & Almeida, L. (2005). Casa pia de Lisboa: Um projeto de esperança-As estratégias de acolhimento das crianças em risco. Conselho Técnico-Científico da Casa Pia de Lisboa. Lisboa: Principia.
- Carvalho, M. (2013). *Sistema Nacional de Acolhimento de Crianças e Jovens*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian
- Centro *Internet Segura* (2020). Missão e Objetivos. Consultado a 11 de maio de 2024. url: [https:// www.internetsegura.pt/cis/missao-e-objetivos](https://www.internetsegura.pt/cis/missao-e-objetivos)
- Centro Nacional de Cibersegurança (2023). Centro *Internet Segura*. Consultado a 11 de maio de 2024. url: <https://www.cncs.gov.pt/pt/centro-internet-segura/>
- Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens (CNPDPJC). (2010). Relatório Anual.

- Correia, F., Martins, T., Azevedo, S., & Delgado, P. (2014). A educação social em Portugal: novos desafios para a identidade profissional. *Interfaces Científicas Educação*, 3(1), 113-124.
- Crianças, adolescentes e a era digital: benefícios e riscos. (2023). *Revista Acadêmica Licencia&Acturas*, 11(1), 7-14. <https://doi.org/10.55602/rlic.v11i1.283>
- Cruz, M. C., & Matos, M. G. (Eds.). (2023). *Jovens em Portugal: Percursos, Desafios e Oportunidades*. Lisboa: Imprensa da Universidade de Lisboa
- Díaz, A. (2006). Uma aproximação à pedagogia- educação social, *Revista Lusófona de Educação*, (7), 91-104.
- Diorio, A.P.I., Costa, M.A.F., Santana G.C.A. (2017). A teoria das Representações Sociais como referencial teórico metodológico na pesquisa em Ensino de Biociências e Saúde. *Revista Praxis*. <http://revistas.unifoa.edu.br/index.php/praxis/article/view/685/1220>
- Eisenstein, E.; Estefenon, S. B. (2011) Geração digital: riscos das novas tecnologias para crianças e adolescentes. *Revista Hospital Universitário Pedro Ernesto*, 10(2), 42-52.
- Ferreira, C., & Almeida, J. (Eds.). (2022). *Crianças e Jovens em Portugal: Políticas Públicas e Intervenção Social*. Porto: Editora Fronteira do Caos.
- Fichtner, B. (2015). Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) como prática cultural de adolescentes e jovens: uma perspetiva filosófica e epistemológica. *Juventudes e tecnologias sociabilidades e aprendizagens*. 43-58.
- Guedes, R. (2013). Crianças e jovens na cultura digital: entre riscos e oportunidades online. *Educação Online*, (13), 101-113. Recuperado de <https://eduonline.openjournalsolutions.com.br/index.php/eduonline/article/view/1689/468>
- Instituto da Segurança Social. (2010). *Recomendações Técnicas para Equipamentos Sociais- Centro de Acolhimento Temporário*. Lisboa: Instituto da Segurança Social.
- Instituto da Segurança Social. (2021). *CASA 2019- Relatório da Caracterização Anual da Situação de Acolhimento das Crianças e Jovens*. Lisboa: Instituto da Segurança Social.
- Instituto de Apoio à Criança. (2021). *Direitos da Criança em Portugal: Relatório Paralelo ao Comité dos Direitos da Criança*.

- Jackson, S., & Hojer, I. (2013). Prioritising education for children looked after away from home. *European Journal of Social Work*, 16(1), 1-5. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13691457.2012.763108> Acedido a 19 de abril de 2021.
- Leal, L. N, Rodrigues, G. S., Silveira, I. D., Amaro, T. V., Santos, D. B., & dos Santos Paludo, S. (2017). CEP em Selfie: Abordando *sexting* com adolescentes como forma de exposição virtual da sexualidade. *Cadernos de Gênero e Diversidade*, 3(1), 45-59.
- Mateus, E. (2012). O educador social na construção de pontes socioeducativas contextualizadas = The role of the social educator in the building of contextualized social and educational bridges. *Eduser: revista de educação*, 4(1), 60- 71. ISSN 1645-4774.
- Mejía-Soto, G. (2014). *Sexting*: Una modalidad cada vez más extendida de violencia sexual entre jóvenes. *Perinatología y Reproducción Humana*, 28(4), 217-221.
- Nuernberg, D. & Gonçalves, B. G. (2012). A dependência dos adolescentes ao mundo virtual. *Revista de Ciências Humanas*, 46(1), 165-182.
- Oliveira, A. M. (Ed.). (2021). *Infância e Juventude: Direitos, Proteção e Políticas Públicas*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Patrão, I., Pimenta, F., Água, J., & Leal, I. P. (2020). Validação: Escala de Alterações Funcionais pelo Uso Problemático da *Internet* (AFUPI) para jovens portugueses. *Repositório do ISPA - Instituto Universitário*. <http://hdl.handle.net/10400.12/7614>
- Pessoa, T. & Vaz-Rebelo, P. (2023). Derechos digitales y jóvenes en la era digital. In M. J. Gallego-Arrufat & M^a Asunción Romero-López (Orgs.). *Derechos digitales y responsabilidades (DD&R) en emprendimiento juvenil* (pp 43-54). Narcea S.A. de Ediciones. ISBN 978-84-277-3100-4
- Pessoa, T., Vaz Rebelo, P., Goc, M., & Kontogiann, E. (2019). Investigação sobre *cyberbullying*, em Portugal e Europa – alguns programas, projetos e as percepções de estudantes, professores e pais. *Revista Entreideias Educação Cultura e Sociedade*, 8(1). <https://doi.org/10.9771/re.v8i1.25178>
- Ponte, C., & Batista, S. (2018). *EU Kids Online Portugal - 2018: Usos, Competências, Riscos e Mediações da Internet Reportados por Crianças e Jovens (9 -17 Anos)*. EU Kids Online; NOVA FCSH.

- Portugal, A. F., & Souza, J. C. P. (2020). Uso das redes sociais na *internet* pelos adolescentes: uma revisão da literatura. *Revista Ensino de Ciências e Humanidades-Cidadania, Diversidade e Bem Estar-RECH*, 4(2), 262-291.
- Prior, C., Baía, H., Trindade, M. J., & Lopes, T. (2001). Conduitas sexuais com risco de gravidez na adolescência. *Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar*, 17(2), 111-38.
- Rentabilizar a *Internet* no ensino básico e secundário: dos recursos e ferramentas *online* aos LMS (2007). "*Sísifo: revista de ciências da educação*". ISSN 1649-4990. 3 (2007) 25-40.
- Rosado, J. S., Jager, M. E. & Dias, A. C. (2014). Padrões de uso e motivos para o envolvimento em redes sociais virtuais na adolescência. *Interação em Psicologia*, 18(1), 13-23.
- Santos, P. (2014). Tarefa primária e sistema social em organizações de acolhimento de crianças e jovens. In T. Mendes & P. Santos (orgs.), *Acolhimento de Crianças e Jovens em Perigo* (pp. 19-35). Lisboa: Climepsi editores.
- Silva, T.O & Silva, L. T. G. (2017). Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais. *Revista Psicopedagogia*, 34(103), 87-97
- UNICEF Portugal. (2020). Relatório anual 2020: Situação da infância e da adolescência em Portugal.
- Vieira, N. (2008). As Literacias e o Uso Responsável da *Internet*. Observatório (OBS*), 2(2). <https://doi.org/10.15847/obsOBS222008112>

Legislações

- Lei n.º 164/2019 - Lei n.º 164/2019, de 25 de outubro. Diário da República n.º 206/2019, Série I de 2019-10-25. Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, Lisboa
- Lei n.º 23/2023 - Lei n.º 23/2023, de 25 de Maio. Diário da República n.º 101/2023, Série I de 2023-05-25. Ministério da Justiça - Gabinete do Ministro
- Lei n.º 26/2018, de 05 de julho. Diário da República n.º 204/1999, Série I-A de 1999-09-01. Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, Lisboa.

Apêndices

Apêndice I: PowerPoint - Abordagem Socioeducativa no Acolhimento Residencial

Abordagem Socioeducativa no Acolhimento Residencial

Procura:

Oferecer suporte e orientação para lidar com comportamentos de risco na internet garantindo um ambiente seguro e educativo



O que é a Abordagem Socioeducativa no Acolhimento Residencial?

- Definição**
Conjunto de práticas e metodologias que visam promover o desenvolvimento integral de crianças e jovens em contextos de proteção e cuidado.
- Objetivos**
Procura promover a resiliência, autonomia e inserção social, oferecendo suporte emocional e educativo para enfrentar desafios, incluindo os comportamentos de risco na internet.
- Benefícios**
Proporciona um ambiente acolhedor, seguro e educativo, garantido que as crianças e jovens tenham acesso a oportunidades de desenvolvimento e de aprendizagem.



2

Comportamentos de risco na internet: o que são e como afetam?

- Tipos de Comportamentos**
Exploração online, cyberbullying, predadores virtuais e exposição a conteúdo inadequado são exemplos de comportamentos de risco na internet.
- Impacto Psicológico**
Esses comportamentos podem causar ansiedade, depressão e afetar negativamente o comportamento e o bem-estar emocional das crianças e jovens.
- Desafios Educacionais**
A exposição a conteúdo prejudicial pode impactar o desempenho escolar e dificultar a concentração e o nível acadêmico.
- Medidas de Proteção**
É crucial educar sobre segurança online, promover a supervisão e oferecer suporte emocional para lidar com os desafios da vida digital.

Importância de uma Abordagem Socioeducativa a crianças e jovens expostos a comportamentos de risco na internet

Prevenção Proporciona um ambiente seguro e orientação para lidar com comportamentos de risco na internet.	Desenvolvimento Pessoal Promove o fortalecimento emocional, resiliência e habilidades de navegação segura na internet.	Inclusão Digital Responsável Oferece orientação e apoio para incentivar o uso responsável e consciente da tecnologia.
---	--	---

Estratégias e Metodologias

- Intervenção Personalizada**
Identificação das necessidades específicas de cada criança/jovem exposto a comportamentos de risco na internet.
- Educação Digital**
Implementação de programas educativos para promover segurança e civismo online.
- Apoio Multidisciplinar**
Envolvimento de psicólogos, educadores e profissionais de tecnologia para oferecer suporte abrangente.



Resultados e impactos

Fortalecimento Emocional Ajuda a desenvolver resiliência e capacidade de lidar com desafios emocionais relacionados à exposição online.	Inclusão Social Promove interações saudáveis, relações positivas e integração positiva na comunidade digital.	Empoderamento Digital Capacita crianças e jovens a utilizar a internet de forma consciente, segura e construtiva.
---	---	---

6

Comportamentos de risco na internet

A internet e as redes sociais podem expor crianças e jovens a uma série de comportamentos de risco. É essencial que estejamos cientes dessas questões para garantir a segurança e o bem-estar dos mais jovens nesse ambiente digital.

- Exposição a conteúdo inadequado
- Contacto com estranhos
- Cyberbullying
- Compartilhamento excessivo de informações pessoais
- Comportamentos inadequados

É fundamental que pais, educadores e responsáveis estejam atentos a esses comportamentos e trabalhem em conjunto para educar as crianças e jovens sobre os riscos e as melhores práticas de segurança online.



Conclusão

Após explorar todos os aspectos de tema abordado, podemos concluir que:

- Existem desafios significativos, mas também oportunidades valiosas.
- A ação e o compromisso de todos são essenciais para alcançar resultados positivos.
- Juntos, podemos criar um futuro melhor e mais promissor.

Vamos trabalhar juntos e fazer a diferença!



Apêndice II: Quiz de avaliação das aprendizagens

QUIZ → Compartilhar ⚠ 🖨



Uso da Internet LSE

🎓 Professional Development • 📖 Education
📊 63% precisão • ▶ 2 jogadas

 Claudia Miranda
5 meses

✦ Aprimoramento de IA 📄 Planilha 📄 Copiar e editar

👤 SESSÃO CONDUZIDA POR INSTRU...
Iniciar um teste ao vi...

🕒 APRENDIZAGEM ASSÍNCRONA
Atribuir lição de casa

📱 NENHUM DISPOSITIVO NECESSÁRIO
Modo de papel

☰ 15 questions 👁 Exibir respostas ▶ Visualizar

1. Multiple Choice 🕒 45 seconds 📊 1 point

Quais são os principais riscos associados ao uso excessivo da Internet?

Isolamento social Exposição a conteúdos prejudiciais
 Ambos A e B Nenhum dos anteriores

2. Multiple Choice 🕒 45 seconds 📊 1 point

O que significa o termo "sexting"?

Enviar mensagens amorosas Enviar mensagens sexualmente explícitas
 Enviar mensagens engraçadas

3. Multiple Choice 🕒 45 seconds 📊 1 point

Como podemos definir "clickbait" na internet?

Conteúdo informativo Conteúdo projetado para atrair cliques através de exageros
 Conteúdo educacional

4. Multiple Choice 🕒 45 seconds 📊 1 point

O que é o "vício em redes sociais"?

Usar redes sociais ocasionalmente Tornar-se excessivamente dependente do uso de redes sociais
 Ignorar completamente as redes sociais

5. Multiple Choice

⌚ 45 seconds

🎯 1 point

O que é o cyberbullying?

- Uma forma de expressão artística online
- Um comportamento agressivo repetitivo realizado através de meios eletrónicos
- Uma técnica de segurança online

6. Multiple Choice

⌚ 45 seconds

🎯 1 point

Como podemos definir "fake news"?

- Notícias verdadeiras
- Notícias falsas ou enganosas
- Notícias de entretenimento

7. Multiple Choice

⌚ 45 seconds

🎯 1 point

O que envolve o "compartilhamento excessivo de informações pessoais"?

- Partilhar informações com segurança
- Divulgar descontrolada e excessivamente detalhes pessoais
- Não partilhar informações

8. Multiple Choice

⌚ 45 seconds

🎯 1 point

Qual a estratégia para promover um uso saudável da Internet em crianças e jovens?

- Restrição total de acesso
- Educação digital
- Incentivar o uso sem limites

9. Multiple Choice

⌚ 45 seconds

🎯 1 point

Será que a internet e as redes sociais representam dependências?. Neste sentido, as dependências não causam...

- Sim! Instabilidade emocional
- Não! Isolamento
- Sim! Melhor rendimento escolar
- Não! Desmotivação

10. Multiple Choice

⌚ 45 seconds

🎯 1 point

Como a exposição a conteúdos prejudiciais online pode influenciar o pensamento de uma criança/jovem?

- Não tem impacto
- Pode moldar a sua perspetiva
- Apenas influencia positivamente
- Todas as opções estão corretas

11. Multiple Choice

⌚ 45 seconds

🎯 1 point

Qual a importância da empatia digital no comportamento online?

- Não tem relevância
- Promove um ambiente online mais saudável
- Aumenta o uso de conteúdos prejudiciais

12. Multiple Choice

⌚ 45 seconds

🎯 1 point

Qual o exemplo de comportamento online considerado de risco para crianças e jovens?

- Participação ativa em comunidades online seguras
- Compartilhamento irresponsável de informações pessoais
- Discussão construtiva em fóruns
- Apenas A e C são verdadeiros

13. Multiple Choice

⌚ 45 seconds

🎯 1 point

Como um educador pode intervir em situações de cyberbullying?

- Ignorar a situação
- Estimular o comportamento
- Conduzir discussões e promover empatia

14. Multiple Choice

⌚ 45 seconds

🎯 1 point

Qual a consequência negativa do uso excessivo da Internet na vida social de uma criança/jovem?

- Melhoria nas habilidades sociais
- Isolamento social e dificuldades de comunicação offline
- Fortalecimento de amizades
- Nenhuma das opções anteriores

15. Multiple Choice

⌚ 45 seconds

🎯 1 point

Como o uso problemático da Internet pode impactar o desempenho académico?

- Não tem impacto
- Pode levar a distrações e queda no desempenho
- Melhora o foco nos estudos
- Todas as opções estão corretas

Apêndice III: PowerPoint - Explorar questões polêmicas, promover discussões construtivas e conscientização digital

Implicações do uso da Internet e redes sociais

Vamos desenvolver:

- Consciência digital;
- Construção de confiança online.



Promover discussões construtivas



Abordagem Equilibrada

Incentivar a ouvir com atenção e pensar em diferentes pontos de vista.



Respeito Mútuo

Estabelecer um ambiente onde todos se sintam respeitados ao expressar suas opiniões.



Colaboração

Estimular a colaboração na procura de soluções construtivas.

2

DIGITAL LITERACY

Conscientização digital

- 1 Alfabetização Digital**
Promover habilidades digitais para inclusão e participação ativa na sociedade atual.
- 2 Ética Online**
Discutir questões sobre privacidade, discurso de ódio e desinformação nas plataformas digitais.
- 3 Cidadania Digital**
Abordar responsabilidades e direitos online, promovendo comportamentos éticos e seguros.

Impacto positivo na sociedade

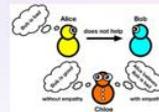
Mindset Aberto

Estimular uma mentalidade aberta para a aceitação de diferentes perspectivas.



Empatia

Promover a compreensão e empatia em questões sociais e políticas.



Mudança Positiva

Incentivar a ação positiva para melhorar as comunidades e a sociedade como um todo.



Apêndice IV: Desafios da *Internet* (Verdadeiro ou Falso)



1

*

"Colocar as configurações de perfil como 'privado' garante total privacidade online."

2

Falso

"Colocar as configurações de perfil como 'privado' garante total privacidade online."

3

"Os aplicativos de redes sociais pedem apenas as informações necessárias."

Falso

"Os aplicativos de redes sociais pedem apenas as informações necessárias."

"Tudo o que está online é verdadeiro e confiável."

Falso

"Tudo o que está online é verdadeiro e confiável."

"As notícias compartilhadas nas redes sociais não são sempre verificadas antes de serem publicadas."

Verdadeiro

"As notícias compartilhadas nas redes sociais não são sempre verificadas antes de serem publicadas."

7

8

9

"Ter muitos amigos nas redes sociais significa ter muitos amigos na vida real."

Falso

"Ter muitos amigos nas redes sociais significa ter muitos amigos na vida real."

"As redes sociais não são o melhor meio para resolver conflitos interpessoais."

Verdadeiro

"As redes sociais não são o melhor meio para resolver conflitos interpessoais."

13

"O cyberbullying ocorre apenas quando alguém é ameaçado fisicamente online."

14

Falso

"O cyberbullying ocorre apenas quando alguém é ameaçado fisicamente online."

15

"Ignorar mensagens ofensivas é a melhor maneira de lidar com o cyberbullying."

Falso

"Ignorar mensagens ofensivas é a melhor maneira de lidar com o cyberbullying."

"Passar muito tempo nas redes sociais não afeta a saúde mental."

19

Falso

"Passar muito tempo nas redes sociais não afeta a saúde mental."

20

"As pessoas só partilham as partes felizes das suas vidas nas redes sociais."

Falso

"As pessoas só partilham as partes felizes das suas vidas nas redes sociais."

21

"Partilhar a localização em tempo real é sempre seguro nas redes sociais."

Falso

"Partilhar a localização em tempo real é sempre seguro nas redes sociais."

"Aceitar solicitações de amizade de desconhecidos é uma prática insegura."

Verdadeiro

"Aceitar solicitações de amizade de desconhecidos é uma prática insegura."

25

"A popularidade nas redes sociais tem impacto na autoestima."

26

Verdadeiro

"A popularidade nas redes sociais tem impacto na autoestima."

27

"Editar fotos para parecer 'perfeito' é uma prática comum, mas inofensiva."

Falso

"Editar fotos para parecer 'perfeito' é uma prática comum, mas inofensiva."

28

Apêndice V: Nuvem de Palavras



Interações Positivas
11 responses

compreensão

respeitar
respeito ajudar o proximo
dar apoio as pessoas
ajudar o próximo
dizer coisas positivas
ajudar os q precisam
ambiente saudável
harmonia
empatia

Jogos Online
7 responses

entretenimento
plataformas vicia as pessoas
viciar nas redes sociais
vícios
vicio dos jogos
socialização

Privacidade
5 responses

proteção

segurança
partilhar coisas pessoais
vida privada da pessoa

direitos

Reflexões

Equilíbrio Necessário

Mesmo que a internet tenha impactos importantes, usá-la de forma equilibrada pode trazer vantagens, como fazer amigos online, aceder a informações úteis e encontrar apoio emocional. No entanto, é muito importante estar ciente dos perigos e saber até onde podemos ir para manter uma relação saudável com a tecnologia.

Educar para o Uso Consciente

É muito importante aprender a mexer na internet de forma responsável e consciente, em várias fases da escola. Assim, ficamos preparados para navegar na internet, sendo bons cidadãos digitais e pensando criticamente quando estamos online.

Desafios Futuros

Como a tecnologia está sempre a evoluir, é importante pensar sempre em como lidamos com a internet e como isso afeta a nossa cabeça, emoções e o convívio com os outros. O objetivo é encontrar um equilíbrio que seja bom para todos nós.

Apêndice VII: PowerPoint - Riscos Comuns na Navegação na Internet



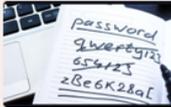
Riscos Comuns na Navegação na Internet

Vamos explorar!

Estratégias Gerais para Navegar com Segurança



Conexão Segura
Usa redes Wi-Fi seguras e evita sites não seguros.



Senhas Fortes
Cria senhas complexas e altera-as regularmente.



Melhores Práticas de Segurança Cibernética
Mantém o software atualizado e utiliza um antivírus confiável.

Made with Gamma



Situações Específicas que Jovens Podem Enfrentar Online

- 1 Cyberbullying e Sexting**
É crucial promover uma utilização responsável da internet e incentivar a denúncia de comportamentos prejudiciais para garantir um ambiente online mais seguro e saudável.
- 2 Conteúdo Inapropriado**
É essencial que estejam atentos e saibam como lidar com determinadas situações como vídeos ou mensagens que não são adequados para a idade, evitando expor-se a conteúdo prejudicial.

Situações Desafiadoras para Jovens na Internet

- 1 Exposição Excessiva**
A exposição excessiva nas redes sociais refere-se ao compartilhamento excessivo de informações pessoais e privadas online. Isso pode incluir postar muitas fotos, detalhes sobre a rotina diária ou informações sensíveis que podem ser usadas por pessoas mal-intencionadas.
- 2 Divulgação de Dados Pessoais**
Esta situação envolve a divulgação não autorizada de informações pessoais, como nome, endereço, número de telefone, entre outros. Isso pode ocorrer devido a violações de segurança em sites ou aplicativos, phishing ou roubo de identidade.

Construção de Estratégias para lidar com essas situações

- 1 Educação Digital**
Capacitar os jovens com conhecimento para navegar com segurança na internet.
- 2 Comunicação Aberta**
Promover a importância de discutir experiências online de forma aberta e transparente.
- 3 Recursos de Apoio**
Fornecer acesso a recursos que ofereçam suporte emocional e prático para lidar com problemas online.



Recursos Adicionais para Ajudar na Navegação Segura na Internet

Software de Controle Parental Explorar opções eficazes para ajudar os pais/educadores a proteger os filhos online.	Organizações de Defesa Defesa Online Apresentar grupos que promovam a segurança digital para jovens.	Workshops Educacionais Destacar a importância de participar de workshops sobre segurança na internet.
--	--	---

Apêndice VIII: PowerPoint - Cyberbullying e Sexting: Importância da conscientização sobre os perigos da Internet



Cuidado com os Predadores Digitais

- A internet é um lugar incrível, mas também pode ser perigoso. Os predadores digitais estão à espreita, então é necessário estar atentos e proteger as informações pessoais!
- As redes sociais são divertidas, mas nem tudo o que vemos nelas é real.

Vamos aprender a identificar estes perigos!

Cyberbullying»: o que é, como prevenir e como intervir

- Cyberbullying, também chamado de Bullying Online, é quando alguém usa a Internet para magoar, ameaçar ou intimidar outras pessoas.
- Pode acontecer através de chamadas, mensagens, vídeos, redes sociais e outros meios online.
- Por isso, se alguém estiver a sofrer cyberbullying, é importante denunciar às autoridades ou adultos responsáveis. Não devemos apoiar o agressor, partilhando os conteúdos.
- Se conheces alguém a passar por isso, incentiva-o a denunciar e oferece o teu apoio, mas nunca interajas com o agressor.

Medidas que podem minimizar/evitar situações de cyberbullying:

- Proteger** a nossa privacidade online é essencial. **Evitar partilhar informações pessoais** como número de telemóvel, fotos, escola ou locais que frequentamos é uma forma de nos mantermos seguros. Mesmo que e(a) namorado(a) peça para filmar ou fotografar momentos íntimos, é importante pensar nas **consequências** antes de concordar, pois estas imagens podem ser usadas de maneiras negativas.
- Nas redes sociais, devemos **adicionar apenas pessoas que conhecemos pessoalmente** e manter as configurações de **privacidade restritas**. Se enfrentarmos situações de cyberbullying, é crucial **falar com pais/educadores/professores e pedir ajuda**.
- O cyberbullying pode causar sofrimento intenso, chegando a provocar depressão e até mesmo pensamentos suicidas. Portanto, é fundamental **evitar publicar ou divulgar informações** negativas sobre os outros.

Sexting»: o que é, como prevenir e como intervir

- Sexting é quando **trocamos mensagens de teor sexual**, como fotos, textos, áudios ou vídeos, usando tecnologia como telemóveis, computadores ou outros dispositivos com acesso à internet.
- Geralmente, o sexting acontece em **apps de mensagens**, como Instagram ou Whatsapp. Algumas pessoas usam apps que apagam as mensagens após 24 horas, mas mesmo assim, é importante lembrar que as capturas de ecrã ainda podem ser feitas. Um exemplo é o Snapchat, muito conhecido por ser usado para essa prática.

RECOMENDAÇÕES FINAIS

Antes de enviar qualquer mensagem, lembra-te sempre do impacto que pode ter e do respeito que deves aos outros online. A gentileza e a responsabilidade digital são fundamentais para prevenir o cyberbullying e o sexting. Isso colocar-nos-á sempre um passo à frente dos cyberbullies.

Apêndice IX: Questões Orientadoras

Debate e Reflexão em Grupo

Nome:

Questões Orientadoras	Vídeo 1
“Qual o perigo presente no vídeo?”	
“Identificaram alguma ação incorreta no vídeo? Qual?”	
“Que atitudes responsáveis poderiam ser adotadas?”	
“Conhecem alguém que tenha sofrido deste crime? Se sim, o que fizeram para ajudar essa pessoa?”	

Questões Orientadoras	Vídeo 2
<p data-bbox="284 600 740 638">“Qual o perigo presente no vídeo?”</p>	
<p data-bbox="252 824 772 898">“Identificaram alguma ação incorreta no vídeo? Qual?”</p>	
<p data-bbox="252 1081 772 1167">“Que atitudes responsáveis poderiam ser adotadas?”</p>	
<p data-bbox="256 1413 767 1559">“Conhecem alguém que tenha sofrido deste crime? Se sim, o que fizeram para ajudar essa pessoa?”</p>	

Data:

Exemplos de respostas ao Debate e Reflexão em Grupo

Questões Orientadoras	Vídeo 2
“Qual o perigo presente no vídeo?”	Cyber bullying
“Identificaram alguma ação incorreta no vídeo? Qual?”	Ela foi atraindo fotos e começaram a rebaixá-la com comentários negativos que não fazem sentido
“Que atitudes responsáveis poderiam ser adotadas?”	Não ler os comentários Preocupar-se mais com ela Reporter
“Conhecem alguém que tenha sofrido deste crime? Se sim, o que fizeram para ajudar essa pessoa?”	Uma amiga minha comparava-se muito com famosas e acabou por ficar com depressão. Sinto que estou a fazer o mesmo e quero mudar para não passar pelo mesmo que ela
	Conversei abertamente com ela Dixi para procurar ajuda e falar com a professora.

Questões Orientadoras	Vídeo 1
“Qual o perigo presente no vídeo?”	Sexting
“Identificaram alguma ação incorreta no vídeo? Qual?”	Partilhar fotos íntimas
“Que atitudes responsáveis poderiam ser adotadas?”	Estabelecer limites e valerizá-los Bloquear
“Conhecem alguém que tenha sofrido deste crime? Se sim, o que fizeram para ajudar essa pessoa?”	Conheço uma amiga que conversou com um rapaz que a obrigou a enviar fotos íntimas. Ela mandou a mãe acompanhá-la porque ele gozou com ela. Tentei aconselhá-la e dizer que a atitude dele foi errada e que ela não devia voltar a falar com ele.

Apêndice X: Questionário "O que sei sobre *cyberbullying*"

Avalia o grau de concordância utilizando uma escala *Likert* composta por cinco níveis (1=Discordo totalmente a 5=Concordo totalmente).



		1	2	3	4	5
1	Tenho uma ideia clara do que é o <i>cyberbullying</i>					
2	Sinto-me confiante para identificar o <i>cyberbullying</i>					
3	Estou familiarizado com os vários métodos de <i>cyberbullying</i>					
4	Estou consciente do impacto que o <i>cyberbullying</i> pode ter em mim e nos meus colegas					
5	Estou familiarizado com os vários sinais e sintomas de <i>cyberbullying</i>					
6	Eu e os meus colegas somos afetados pelo <i>cyberbullying</i>					
7	Estou consciente do que fazer para proteger os meus colegas					
8	Sei como ajudar os meus colegas					
9	Sei como proceder se os meus colegas praticarem <i>cyberbullying</i> com outros					
10	Sinto-me confiante com as minhas capacidades para orientar os meus colegas					
11	Sei a quem pedir ajuda se os meus colegas estiverem envolvidos numa situação de <i>cyberbullying</i>					
12	Eu acredito que o <i>cyberbullying</i> pode ter sérias consequências para as vítimas					
13	Eu me sinto confiante em lidar com situações de <i>cyberbullying</i> , seja como vítima, testemunha ou defensor(a)					
14	Eu sei como denunciar casos de <i>cyberbullying</i> nas plataformas <i>online</i> .					

15	As escolas deviam desenvolver políticas sobre <i>cyberbullying</i>					
16	Eu acredito que a educação sobre o <i>cyberbullying</i> deve ser uma prioridade nas escolas					
17	Os professores deviam organizar atividades em sala de aula sobre como lidar com <i>cyberbullying</i>					
18	Eu reconheço que o <i>cyberbullying</i> pode afetar negativamente a saúde mental das vítimas					
19	Quero saber mais sobre <i>cyberbullying</i>					

Adaptado do artigo: “Investigação sobre *CYBERBULLYING*, em Portugal e Europa – alguns programas, projetos e as percepções de estudantes, professores e pais”. May 2019, Revista Entreideias Educação Cultura e Sociedade 8(1)

Apêndice XI: Exercício de Empatia

VAMOS:

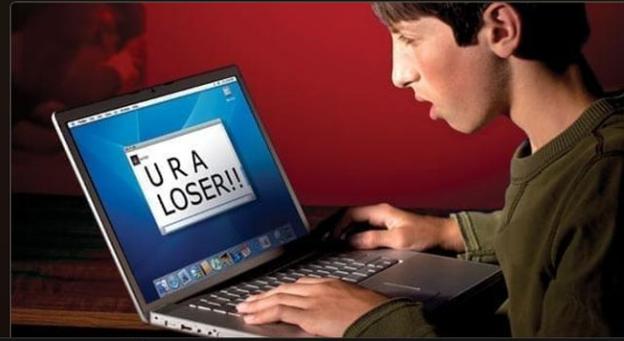
Explorar os efeitos emocionais do cyberbullying, tanto ao receber comentários negativos quanto ao procurar ajuda!

1

DEVES:

- Individualmente, escrever exemplos de comentários negativos que podem ser recebidos virtualmente.
- Considerar comentários que poderiam ser dirigidos a vocês ou a outras pessoas.

2



EXEMPLOS:

- "O teu trabalho é péssimo, não percebo como alguém pode gostar do que fazes."
- "O teu cabelo parece um ninho de pássaros. Que nojo!"
- "Ninguém gosta de ti. Por que não desapareces de uma vez?"
- "O teu trabalho é péssimo. Não percebo como alguém pode gostar do que fazes."
- "És um completo perdedor. Mais vale nem tentares mais nada."

DEVES:

- Individualmente, expressar como alguém que sofre de cyberbullying pode se sentir depois de pedir ajuda.
- Considerar uma variedade de emoções e pensamentos que essa pessoa poderia experimentar.



6

EXEMPLOS:

- "Depois de pedir ajuda, a pessoa pode sentir alívio por partilhar a situação, mas também receio do que os outros vão pensar. A vergonha e a ansiedade podem persistir."
- "Ela pode sentir vergonha por ter sido alvo de cyberbullying e preocupar-se em ser julgada ou mal compreendida."
- "Talvez ela se sinta ansiosa em relação ao que pode acontecer depois de pedir ajuda, se haverá consequências negativas ou mais bullying."
- "Depois de pedir ajuda, ela pode sentir-se vulnerável e exposta, mas também esperançosa de que algo seja feito para resolver a situação."
- "A pessoa pode sentir-se só e isolada, mesmo depois de procurar ajuda, pois ainda enfrenta o peso emocional do cyberbullying e as suas consequências."

Apêndice XII: Questionário "O que sei sobre sexting"

Avalia o grau de concordância utilizando uma escala *Likert* composta por cinco níveis (1=Discordo totalmente a 5=Concordo totalmente).

Discordo totalmente (-) ←————→ Concordo totalmente (+)

		1	2	3	4	5
1	Tenho uma ideia clara do que é o <i>sexting</i>					
2	Sinto-me confiante para identificar o <i>sexting</i>					
3	Estou familiarizado com os vários métodos de <i>sexting</i>					
4	Eu entendo os potenciais riscos associados ao <i>sexting</i>					
5	Estou consciente do impacto que o <i>sexting</i> pode ter em mim e nos meus colegas					
6	Estou familiarizado com os vários sinais e sintomas de <i>sexting</i>					
7	Eu e os meus colegas somos afetados pelo <i>sexting</i>					
8	Estou consciente do que fazer para proteger os meus colegas					
9	Eu sei como proteger minha privacidade ao enviar mensagens de texto ou imagens sexualmente explícitas					
10	Sei como proceder se os meus colegas praticarem <i>sexting</i> com outros					
11	Sinto-me confiante com as minhas capacidades para orientar os meus colegas					
12	Sei a quem pedir ajuda se os meus colegas estiverem envolvidos numa situação de <i>sexting</i>					
13	Eu acredito que o <i>sexting</i> pode ter consequências negativas para a pessoa que envia as mensagens					
14	Eu sei como identificar situações de <i>sexting</i> não consensuais					
15	Eu acho que o <i>sexting</i> pode ser uma forma de expressar intimidade em relacionamentos					

16	As escolas deviam desenvolver políticas sobre <i>sexting</i>					
17	Eu acredito que as escolas devem fornecer educação sobre os riscos do <i>sexting</i>					
18	Os professores deviam organizar atividades em sala de aula sobre como lidar com <i>sexting</i>					
19	Eu sinto-me confortável a conversar com outras pessoas sobre o <i>sexting</i> e os seus impactos					
20	Eu reconheço que o <i>sexting</i> pode afetar negativamente a saúde mental dos envolvidos					
21	Quero saber mais sobre <i>sexting</i>					

Adaptado do artigo: “Investigação sobre *CYBERBULLYING*, em Portugal e Europa – alguns programas, projetos e as percepções de estudantes, professores e pais”. May 2019, Revista Entreideias Educação Cultura e Sociedade 8(1)

Apêndice XIII: Jogo de correspondência e Sopa de letras

1. Interliga a frase à definição correta

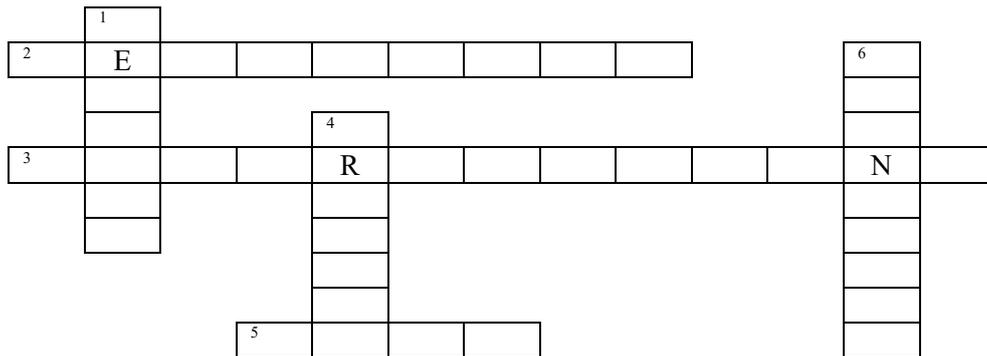
Troca de mensagens, imagens ou vídeos de teor sexual entre indivíduos.		<i>SEXTING</i>
Concordar ou permitir algo voluntariamente.		CONTEÚDO
Controlo ou influência exercida sobre algo ou alguém de forma astuciosa.		SEXUAL
Interagir com outros indivíduos ou participar em atividades sociais.		RESPONSABILIDADE
Pessoa que sofre danos ou prejuízos provocados por outra.		SOCIALIZAR
Próxima relação emocional ou física entre duas pessoas.		JUVENTUDE
Período da vida entre a infância e a idade adulta.		<i>INTERNET</i>
Rede mundial de computadores que permite a troca de informações.		RISCO
Direito de uma pessoa controlar quem tem acesso à sua vida privada.		SEGURANÇA VIRAL
Ameaça de revelar informações prejudiciais para obter vantagens.		CHANTAGEM
Dificuldades ou questões que causam preocupação ou dificuldade.		MANIPULAÇÃO
Ato de pôr termo à própria vida.		INTIMIDADE
Que se espalha rapidamente através de meios de comunicação, como a <i>Internet</i> .		PRIVACIDADE
Estado de estar protegido contra perigos ou ameaças.		SUICÍDIO
Probabilidade de ocorrência de eventos desfavoráveis.		PROBLEMAS
Origem ou causa de algo.		FONTE
Relativo à sexualidade ou ao sexo		VÍTIMA
Obrigatoriedade ou compromisso moral de responder pelos próprios atos.		CONSENTIR

2. Faz a Sopa de Letras

S	Z	E	A	I	P	R	O	B	L	E	M	A	S	N	B	M	V	A	C
O	A	Y	E	N	O	T	V	U	I	A	Q	W	E	N	U	A	C	A	O
C	F	O	N	T	E	N	E	R	F	G	N	I	K	P	Q	N	Z	X	N
I	H	K	N	E	H	H	C	V	B	N	J	B	U	Y	S	I	D	F	T
A	Z	X	S	R	E	D	F	V	B	M	U	U	T	S	E	P	D	G	E
L	A	Q	R	N	G	J	V	V	B	G	V	E	R	E	F	U	G	B	U
I	A	T	S	E	X	T	I	N	G	I	E	A	S	X	A	L	A	A	D
Z	Z	C	O	T	S	N	L	R	M	A	N	I	P	U	L	A	C	A	O
A	X	G	H	H	E	P	P	F	Q	K	T	A	P	A	Q	C	H	A	A
R	C	V	K	A	S	A	O	D	S	J	U	A	P	L	A	A	G	P	A
O	B	N	Q	J	N	S	M	N	F	M	D	S	O	G	W	O	H	R	S
C	O	N	S	E	N	T	I	R	S	Y	E	D	Y	R	X	X	S	I	A
S	X	N	L	K	F	Q	A	G	F	A	A	C	D	E	G	C	T	V	D
U	I	M	V	A	V	Z	K	G	D	R	B	Z	G	S	G	V	Y	A	F
I	N	T	I	M	I	D	A	D	E	D	R	I	S	C	O	B	R	C	R
C	J	D	T	A	G	U	K	V	C	M	S	V	L	A	I	I	E	I	A
I	N	C	I	G	G	I	H	B	S	C	H	I	G	I	J	T	T	D	G
D	M	B	M	A	I	O	N	M	C	S	K	G	D	R	D	G	D	A	Y
I	N	N	A	Z	K	H	B	O	S	G	B	B	G	R	O	A	T	D	G
O	M	L	N	N	M	M	F	A	I	N	T	I	M	I	D	A	D	E	A
S	E	G	U	R	A	N	C	A	V	I	R	A	L	T	K	O	G	E	E

***SEXTING* - CONTEÚDO – SEXUAL - RESPONSABILIDADE - SOCIALIZAR -
 JUVENTUDE - *INTERNET* – RISCO – SEGURANÇA VIRAL - CHANTAGEM -
 MANIPULAÇÃO – INTIMIDADE - PRIVACIDADE - SUICÍDIO –
 PROBLEMAS - FONTE – VÍTIMA – CONSENTIR**

Palavras Cruzadas



1. É a prática de trocar mensagens, fotos ou vídeos sexualmente explícitos através de dispositivos eletrónicos.
2. Se presenciares ações de *Cyberbullying* ou *Sexting* deves _____ esses comportamentos.
3. Comportamentos de *bullying* que acontecem no meio virtual.
4. Os alvos são normalmente _____ e jovens.
5. Deves falar com os teus _____, educadores ou professores se fores vítima destes atos.
6. Quem pratica o *Sexting* pode ser alvo de _____.

Apêndice XV: E se fosse contigo

Nome:

Data:

E se fosse contigo?



1. Menciona a prática utilizada na banda desenhada.
2. Interpreta a imagem.
3. Dá a tua opinião sobre esta prática.

Exemplos de respostas ao “E se fosse contigo”

E se fosse contigo?



1. Menciona a prática utilizada na banda desenhada.

A prática utilizada é o setting

2. Interpreta a imagem.

Conigo percebeu que um rapaz recebeu uma foto íntima e partilhou-a com um amigo, a pensar que não havia problema. Só percebeu do impacto quando foi questionado sobre se faria o mesmo com outra pessoa se não gostava.

3. Dá a tua opinião sobre esta prática.

As pessoas devem pensar mais e não andar a mostrar o corpo aje para quem for.
Temos de ter respeito e pensar mais.

E se fosse contigo?



1. Menciona a prática utilizada na banda desenhada.

Sexting

2. Interpreta a imagem.

Um rapaz sem pensar nas consequências partilhou e mostrou uma nude que partilhado de forma privada e só se deu conta quando o outro amigo lhe perguntou se ela tinha o mesmo que ele está a fazer. No final ele percebeu o erro.

3. Dá a tua opinião sobre esta prática.

As pessoas muitas vezes não percebem os riscos que isto pode ter. Temos de pensar nas consequências e no que pode afetar as pessoas.

Protege-te e navega em
segurança!!

Medidas de Segurança na Internet



ENSINA-TE A PROTEGER

SENHAS SEGURAS:

USA UMA COMBINAÇÃO DE LETRAS MAIÚSCULAS E MINÚSCULAS, NÚMEROS E SÍMBOLOS.
NÃO REUTILIZES SENHAS EM DIFERENTES SITES.
ALTERA AS TUAS SENHAS REGULARMENTE.

PRIVACIDADE NAS REDES SOCIAIS:

AJUSTA AS CONFIGURAÇÕES DE PRIVACIDADE PARA CONTROLAR QUEM PODE VER AS TUAS PUBLICAÇÕES.
NÃO PARTILHES INFORMAÇÕES PESSOAIS, COMO MORADA OU NÚMERO DE TELEFONE.
DESCONFIA DE PEDIDOS DE AMIZADE DE DESCONHECIDOS.

VERIFICAR FONTES DE INFORMAÇÃO:

CONSULTA VÁRIAS FONTES ANTES DE ACREDITAR EM NOTÍCIAS ONLINE.
VERIFICA A DATA DA PUBLICAÇÃO E A REPUTAÇÃO DO SITE.
DESCONFIA DE TÍTULOS SENSACIONALISTAS OU INFORMAÇÕES DEMASIADO BOAS PARA SER VERDADE.

DEMONSTRAÇÃO PRÁTICA

FACEBOOK:

VAI A "CONFIGURAÇÕES E PRIVACIDADE".
SELECIONA "PRIVACIDADE" E AJUSTA QUEM PODE VER AS TUAS PUBLICAÇÕES, A TUA LISTA DE AMIGOS E A TUA INFORMAÇÃO PESSOAL.

INSTAGRAM:

VAI AO TEU PERFIL E TOCA NO MENU DE TRÊS LINHAS.
SELECIONA "CONFIGURAÇÕES" > "PRIVACIDADE".
DEFINE A TUA CONTA COMO PRIVADA PARA QUE APENAS SEGUIDORES APROVADOS POSSAM VER AS TUAS PUBLICAÇÕES.

CHECKLIST DE SEGURANÇA ONLINE

ATUALIZA O SOFTWARE E APPS REGULARMENTE.
USA AUTENTICAÇÃO DE DOIS FATORES SEMPRE QUE POSSÍVEL.
EVITA REDES WI-FI PÚBLICAS PARA ACESSAR INFORMAÇÕES SENSÍVEIS.
NÃO CLIQUES EM LINKS OU ANEXOS SUSPEITOS EM E-MAILS OU MENSAGENS.
DESATIVA A LOCALIZAÇÃO EM APPS QUE NÃO PRECISAS.
LÊ AS PERMISSÕES SOLICITADAS POR APPS ANTES DE INSTALÁ-LAS.
FAZ BACKUPS REGULARES DOS TEUS DADOS IMPORTANTES.

**SE TIVERES DÚVIDAS OU PRECISARES DE AJUDA, NÃO HESITES EM CONTACTAR QUALQUER UM DESTES RECURSOS.
ELES ESTÃO DISPONÍVEIS PARA TE AJUDAR A NAVEGAR DE FORMA SEGURA E PROTEGIDA NA INTERNET.**

- LINHA ALERTA – SERVIÇO DE DENÚNCIA ANÓNIMA DE CONTEÚDOS ILEGAIS OU PREJUDICIAIS NA INTERNET.
- CENTRO INTERNET SEGURA – RECURSOS E INFORMAÇÕES PARA A SEGURANÇA ONLINE.
- INTERNET SEGURA – INICIATIVA QUE PROMOVE A UTILIZAÇÃO SEGURA DA INTERNET.
- POLÍCIA JUDICIÁRIA – UNIDADE NACIONAL DE COMBATE AO CIBERCRIME E CRIMINALIDADE TECNOLÓGICA.
- ASSOCIAÇÃO DE APOIO À VÍTIMA (APAV) – APOIO A VÍTIMAS DE CIBERCRIME.
- SAFENET – SEGURANÇA NA INTERNET – DICAS E INFORMAÇÕES PARA MANTER A SEGURANÇA ONLINE

FICA SEGURO, FICA CONECTADO!

Apêndice XVII: O que aprendeste?



Responde às seguintes questões:

1. Deparaste-te com um vídeo *online* contendo conteúdo racista e ofensivo. O que deves fazer?

- a. Deixar passar, uma vez que está *online*, não há nada a fazer.
- b. Reportar o vídeo utilizando os procedimentos de notificação do site.
- c. Entrar em contacto com as autoridades policiais e apresentar uma denúncia formal.
- d. Fazer o download do vídeo e partilhá-lo com os teus amigos para que vejam como é mau.

2. Se estiverem armazenadas no teu dispositivo móvel, que informações podem colocar-te em risco de fraude? Selecciona as corretas.

- a. Morada de casa.
- b. Data de nascimento.
- c. Dados de acesso a contas bancárias *online*.
- d. Dados de acesso de sites na *Internet*.
- e. Dados de cartões bancários.
- f. Palavras-passe de contas de redes sociais.
- g. Fotografias ou vídeos sensíveis.

3. Recebeste um pedido de amizade de alguém que apenas conheces de vista. O que deves fazer?

- a. Aceitar o pedido de amizade, pois eles têm de aceitar-te como és.
- b. Recusar o pedido.
- c. Rever o teu perfil e eliminar qualquer conteúdo que possa ser considerado ofensivo por outras pessoas - mesmo que leve um fim de semana inteiro, vale a pena.
- d. Configurar as tuas definições de privacidade para que o teu novo amigo possa ver apenas o conteúdo que desejas que ele veja.

4. Que medidas, das seguintes, te permitem proteger a tua reputação *online*?

- a. Aceitar apenas pedidos de amizade de pessoas que conheces e em quem confias.
- b. Rever regularmente as configurações de privacidade dos perfis das redes sociais para garantir que podes controlar o que está a ser partilhado.
- c. Apagar todos os teus perfis das redes sociais.
- d. Utilizar exclusivamente redes sociais profissionais.

5. Uma palavra-passe forte pode ajudar-te a proteger a tua reputação *online*.

Qual das seguintes afirmações descreve a melhor palavra-passe?

- a. Uma palavra curta e fácil de memorizar.
- b. Uma palavra-passe que inclua letras, números e símbolos (poderá ser necessário anotá-la, pois é complicada).
- c. O teu nome invertido seguido da data de nascimento.
- d. Uma palavra que não exista no dicionário, com pelo menos 8 caracteres, incluindo números, letras e símbolos, e que consigas memorizar.

6. Alguém publicou uma fotografia tua, tirada numa festa no fim de semana passado, num perfil público. Estás no chão e aparentemente mal. Mais de 50 pessoas comentaram a tua foto. O que deves fazer?

- a. Nada, pois não estavas a fazer nada de mal. Foram os teus amigos que alteraram a fotografia.
- b. Contactar a pessoa que fez o upload da fotografia e pedir-lhe para a remover.
- c. Contactar o administrador do site e insistir para que a fotografia seja removida - ela violará certamente os termos e condições.
- d. Tens algumas fotografias "engraçadas" do amigo que publicou a tua fotografia e fazes um post dessas fotos para que toda a gente as veja.

7. Quais dos seguintes são meios adicionais para protegeres os teus dados?

- a. Bloquear rapidamente o ecrã e solicitar uma palavra-passe de acesso ao computador.
- b. PIN do cartão SIM.
- c. Limpeza remota.
- d. Fazer cópias de segurança regularmente dos dispositivos.
- e. Manter os programas atualizados regularmente.
- f. Utilizar antivírus.

8. Foste convidado/a para uma festa com um grupo de amigos, mas estás preocupado/a com o que poderá ser encontrado *online* após o fim de semana. O que deves fazer?

- a. Comportar-te de forma exemplar durante todo o fim de semana.
- b. Não ir, pois é demasiado arriscado.
- c. Ter uma conversa com os amigos antes do fim de semana e explicar as tuas preocupações, esclarecendo por que é importante cuidar da tua reputação *online*.
- d. Não fazer nada e esperar para ver o que acontece.

Preenche com Verdadeiro (V) e Falso (F):

___ É seguro partilhar informações pessoais, como nome completo, endereço ou número de telefone, em redes sociais?

___ Utilizar uma senha fraca, como "123456" ou "password", não representa um risco para a segurança *online*.

___ Abrir anexos de e-mails de remetentes desconhecidos é uma prática segura.

___ É possível identificar um site seguro pela presença de um cadeado na barra de endereço do navegador.

___ Clicar em links suspeitos em e-mails ou mensagens instantâneas não oferece riscos à segurança *online*.

___ Utilizar redes Wi-Fi públicas sem qualquer proteção é seguro para realizar transações financeiras *online*.

___ Ao fazer download de aplicativos, é importante verificar as permissões que eles solicitam para garantir a segurança do dispositivo.

___ Compartilhar senhas de acesso a contas *online* com amigos ou familiares é uma prática segura.

___ É seguro fazer compras *online* em qualquer site, desde que o preço seja mais baixo do que em lojas físicas.

___ A liberdade de expressão significa que podes ser ofensivo/a para com as outras pessoas na *Internet*

___ Tens os direitos sobre uma fotografia que tiras de qualquer pessoa num lugar público

___ É impossível descarregar conteúdos de uma rede social sem violar os respetivos termos e condições

___ É impossível qualquer pessoa com mais de 500 amigos numa rede social proteger a sua reputação na *Internet*

Nome:

Apêndice XVIII: Questionário de satisfação

Obrigada por participares no projeto de intervenção!

Preenche este questionário com base na tua experiência e opiniões pessoais

1. Qual é o teu nível de satisfação geral com o projeto?

Muito satisfeito Satisfeito Neutro Insatisfeito Muito insatisfeito

2. Como classificarias a qualidade das sessões em termos de conteúdo e apresentação?

Excelente Bom Regular Fraco Muito fraco

3. As sessões corresponderam às tuas expectativas?

Sim, totalmente Sim, parcialmente Não, de todo

4. Consideras que as sessões foram úteis para o teu desenvolvimento pessoal/profissional?

Sim, bastante Sim, um pouco Não, de todo

5. Qual foi o aspeto mais útil ou interessante das sessões para ti?

Conteúdo relevante Exemplos práticos Exercícios de aplicação Interação com outros participantes Outro (especificar): _____

6. Houve alguma área que achaste que poderia ter sido melhor abordada ou que ficou em falta nas sessões dinamizadas?

Sim (por favor especifica) Não

7. Como avalias a interação com a dinamizadora durante as sessões?

Muito satisfatória Satisfatória Neutra Insatisfatória Muito insatisfatória

8. Que sugestões tens para melhorar as sessões dinamizadas no futuro?

9. Consideras que o projeto de intervenção contribuíram para alcançar os objetivos propostos?

Sim, totalmente Sim, em parte Não, de todo

10. Recomendarias este projeto de intervenção e as sessões dinamizadas a outras pessoas?

Sim, definitivamente Sim, talvez Não, definitivamente não

Obrigado por responderes a este questionário. A tua opinião é importante!

Comentários adicionais:

Apêndice XIX: Certificado de Participação



Certificado de Participação

Para os devidos efeitos declara-se que:

Participou no projeto de estágio sobre “Comportamentos de risco na internet”, que se realizou no Lar de Santa Estefânia, em Guimarães, nos meses de fevereiro e março de 2024.

Estagiária
Cláudia Miranda

Apêndice XX: Cartaz da unidade



Apêndice XXI: Planificações Atividades de lazer

	Planificação
	CASA DE ACOLHIMENTO
	LAR DE SANTA ESTEFÂNIA

Identificação da Atividade: Caminhada à Penha, Guimarães

Objetivos:

- Promover as relações interpessoais
- Proporcionar momentos de lazer e a descontração ao lar livre
- Promover o exercício físico e o contacto com a Natureza

Descritivo da Atividade:

A atividade "Caminhada à Penha" decorrerá durante a parte da tarde, oferecendo a oportunidade de explorar as paisagens naturais e urbanas do concelho de Guimarães, com destino à Penha. Participarão todas as crianças e jovens presentes na unidade das Rosas, promovendo a inclusão e a participação coletiva.

Será feito um percurso linear de dificuldade baixa, adequado para experiências em grupo. A caminhada seguirá um trajeto que permitirá aos participantes desfrutar das belezas naturais e culturais da região, proporcionando momentos de descoberta e aprendizagem.

Será necessário que os participantes levem consigo o seu próprio lanche, para ser desfrutado durante um momento de piquenique. Esta pausa para alimentação e descanso permitirá reabastecer energias e fortalecer os laços de convívio entre os participantes.

Os participantes regressarão à Casa de Acolhimento antes da hora de jantar, encerrando assim a atividade "Caminhada à Penha". Este evento visa proporcionar uma experiência enriquecedora e divertida, onde o exercício físico, a convivência e a natureza se combinam para criar momentos memoráveis para todos os envolvidos.

Calendarização	Local	Participantes	Recursos Materiais	Recursos Humanos	Custos
	Penha, Guimarães	Crianças e Jovens		Educadores, crianças e jovens.	Não há custos

	Planificação
	CASA DE ACOLHIMENTO
	LAR DE SANTA ESTEFÂNIA

Identificação da Atividade: Caminhada aos Passadiços de Vizela

Objetivos:

- Promover as relações interpessoais
- Promover o convívio, a descontração e o divertimento das crianças e jovens
- Promover a prática do exercício físico e o contacto com a Natureza

Descritivo da Atividade:

A atividade "Passadiços de Vizela" terá lugar durante a parte da manhã, oferecendo a oportunidade de explorar os cenários naturais ao longo das margens dos rios Vizela e Ribeira de Sá, localizados no concelho de Vizela. Participarão todas as crianças e jovens que estejam presentes na Instituição.

O percurso a ser percorrido será linear e terá aproximadamente 12km de extensão, com dificuldade baixa, o que o torna adequado para experiências em grupo. Durante a caminhada, os participantes terão a oportunidade de apreciar a beleza das paisagens naturais, observar a fauna e flora locais, e desfrutar de momentos de descontração e diversão.

Será necessário que todos os participantes levem consigo o seu próprio almoço, para desfrutar durante um momento de piquenique ao longo do percurso. Esta pausa permitirá recarregar energias e fortalecer os laços de convívio entre os participantes.

Após o almoço, prevê-se o regresso à Casa de Acolhimento por volta das 13H30, encerrando assim a atividade. Esta iniciativa visa proporcionar uma experiência única e memorável, onde a natureza, o exercício físico e a convivência se unem para criar momentos de alegria e aprendizagem para todos os envolvidos.

Calendarização	Local	Participantes	Recursos Materiais	Recursos Humanos	Custos
	Passadiços de Vizela	Crianças e Jovens	Carrinha	Educadores, crianças e jovens.	Não há custos

	Planificação
	CASA DE ACOLHIMENTO
	LAR DE SANTA ESTEFÂNIA

Identificação da Atividade: *Ovos de chocolate recheados*

Objetivos:

- Promover as relações interpessoais
- Promover momentos de descontração e interação
- Estimular a criatividade e habilidades dos jovens
- Proporcionar uma experiência lúdica

Descritivo da Atividade:

A atividade "Ovos Recheados de Chocolate" está agendada para a parte da manhã no Lar de Santa Estefânia. Todos os membros da unidade das Rosas estão convidados a participar desta experiência divertida e saborosa.

Durante a atividade, os jovens terão a oportunidade de aprender a preparar ovos de chocolate recheados de acordo com a sua preferência. Serão fornecidos os ingredientes necessários, bem como orientações.

Além de proporcionar uma experiência gastronómica, a atividade visa promover momentos de convívio e interação entre os participantes, estimulando a partilha de ideias e experiências. Os participantes poderão trabalhar em equipa ou individualmente, conforme preferirem, enquanto exploram a sua criatividade na decoração dos ovos de chocolate.

Calendarização	Local	Participantes	Recursos Materiais	Recursos Humanos	Custos
	Lar de Santa Estefânia	Crianças e Jovens		Educadores, crianças e jovens.	Não há custos

	Planificação
	CASA DE ACOLHIMENTO
	LAR DE SANTA ESTEFÂNIA

Identificação da Atividade: Passeio no Centro Histórico de Braga

Objetivos:

- Promover as relações interpessoais e o convívio entre os jovens.
- Proporcionar um momento de lazer
- Descobrir e conhecer monumentos relevantes da cidade

Descritivo da Atividade:

A atividade está agendada para ocorrer durante a parte da manhã, proporcionando um período propício para usufruir de uma visita ao centro de Braga.

A participação está aberta a todas as crianças e jovens que estejam presentes na unidade das Rosas. É fundamental que levem consigo o seu próprio lanche.

Ao final da manhã, todos regressarão à casa de acolhimento para o almoço habitual.

Calendarização	Local	Participantes	Recursos Materiais	Recursos Humanos	Custos
	Braga	Crianças e Jovens	Carrinha	Educadores, crianças e jovens	Não há custos

	Planificação
	CASA DE ACOLHIMENTO
	LAR DE SANTA ESTEFÂNIA

Identificação da Atividade: Pequeno almoço no parque da cidade de Guimarães

Objetivos:

- Promover as relações interpessoais e o bem-estar dos jovens
- Promover um momento de descontração e o divertimento das crianças e jovens ao ar livre

Descritivo da Atividade:

A atividade será realizada durante a parte da manhã e participarão neste momento de descontração e partilha, todos os membros da unidade das Rosas

O percurso até o Parque da Cidade será feito de forma linear, proporcionando uma oportunidade para os participantes desfrutarem da caminhada ao ar livre e apreciarem a paisagem ao longo do trajeto. Durante esta caminhada, os participantes terão a oportunidade de conviver e interagir entre si, fortalecendo os laços de amizade e solidariedade.

Será necessário que cada participante leve o seu próprio pequeno-almoço, disponível na unidade, para ser partilhado durante um momento de piquenique no Parque da Cidade.

Após o pequeno-almoço e algumas atividades recreativas no Parque da Cidade, os participantes regressarão à Casa de Acolhimento no final da manhã.

Esta atividade visa proporcionar um momento de lazer e descontração, ao mesmo tempo que promove a integração e o bem-estar dos participantes através da partilha de alimentos e da convivência ao ar livre.

Calendarização	Local	Participantes	Recursos Materiais	Recursos Humanos	Custos
	Parque da cidade de Guimarães	Crianças e Jovens		Educadores, crianças e jovens.	Não há custos

	Planificação
	CASA DE ACOLHIMENTO
	LAR DE SANTA ESTEFÂNIA

Identificação da Atividade: Lanche no São Bento das Pêras, Vizela

Objetivos:

- Promover as relações interpessoais e o convívio entre os jovens.
- Proporcionar um momento de lazer ao ar livre, incentivando a interação com a natureza.
- Estimular hábitos saudáveis, como a partilha de alimentos.

Descritivo da Atividade:

A atividade está agendada para ocorrer durante a parte da tarde, proporcionando um período propício para desfrutar do ambiente ao ar livre. O local escolhido é São Bento das Pêras, em Vizela, conhecido pelas suas paisagens pitorescas e áreas propícias para piqueniques.

A participação está aberta a todas as crianças e jovens que estejam presentes na unidade das Rosas, promovendo a inclusão e a participação coletiva. É fundamental que levem consigo o seu próprio lanche, disponível na unidade, para partilhar durante o piquenique.

Serão proporcionadas atividades recreativas e momentos de descontração para que as crianças e jovens desfrutem de uma tarde agradável, repleta de diversão e partilha.

Ao final da tarde, todos regressarão às suas atividades habituais.

Calendarização	Local	Participantes	Recursos Materiais	Recursos Humanos	Custos
	São Bento das Pêras, Vizela	Crianças e Jovens	Carrinha	Educadores, crianças e jovens.	Não há custos

	Planificação
	CASA DE ACOLHIMENTO
	LAR DE SANTA ESTEFÂNIA

Identificação da Atividade: Visualização de um filme

Objetivos:

- Proporcionar um momento de entretenimento e relaxamento
- Estimular a socialização e o convívio entre os participantes através da partilha de uma experiência cinematográfica.

Descritivo da Atividade:

A atividade será realizada durante a tarde dentro das instalações da Casa de Acolhimento, na unidade das Rosas. Todos os membros da unidade estão convidados a participar nesta sessão de cinema.

Para garantir o ambiente adequado serão feitas e providenciadas pipocas para que os participantes possam desfrutar durante o filme.

O filme escolhido é adequado à faixa etária dos jovens e tem um tema educativo – “Cyberbully”. O filme "Cyberbully" é um drama que retrata de forma intensa os efeitos devastadores do *bullying* virtual, focando particularmente nas redes sociais. Este desempenha um papel importante para sensibilizar o público para os perigos do *cyberbullying* e os impactos psicológicos profundo nas vítimas, destacando a necessidade de ações para prevenir e enfrentar este problema crescente na era digital.

Durante o visionamento do filme, os jovens terão a oportunidade de interagir entre si, partilhar impressões sobre o filme e desfrutar de momentos de descontração e diversão.

Calendarização	Local	Participantes	Recursos Materiais	Recursos Humanos	Custos
	Lar de Santa Estefânia	Crianças e Jovens	Computador Televisão Cabo para projetar	Educadores, crianças e jovens.	Não há custos

Fotos

