



PROJETO: "Criação de uma rede transnacional de prestadores de educação de adultos para a promoção da inclusão social de grupos vulneráveis" – STEP UP
Projeto N°621376-EPP-1-2020-1-EL-EPPKA3-IPI-SOC-IN

MANUAL

CONCEPÇÃO E REALIZAÇÃO DE ATIVIDADES ARTÍSTICAS E CULTURAIS PARA GRUPOS VULNERÁVEIS



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

The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



AUTORES QUE CONTRIBUÍRAM PARA ESTE MANUAL:

Carla Almeida
(Centro Social de Soutelo)

Kinga Mihócsa
(Nytott Kör Egyesület)

Daniela Pires
(Centro Social de Soutelo)

Zsófia Jozifek
(Nytott Kör Egyesület)

Susana Pereira
(Centro Social de Soutelo)

Jolanta Kajmowicz-Sopicka
(Grodzki Theatre)

Dimitris Ntontis
(Equal Society)

Maria Schejbal-Cytawa
(Grodzki Theatre)

Olga Drellia
(Equal Society)

Alicja Nyziak
(The Polish Association of the Blind)

Alberto Vázquez
(Espacio Rojo)

Ahmet Öncel
(Utopia Education and Art)

Carina Moreira
(Espacio Rojo)

Bengü Ergin Balta
(Utopia Education and Art)

Atilla Farkas
(Nytott Kör Egyesület)

Ezgi Bilgin
(Utopia Education and Art)

Design Visual: Dilara Vardar
(Utopia Education and Art)



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

CONTEÚDO	
ACERCA DESTE MANUAL	5
BREVE APRESENTAÇÃO DO PROJETO STEP UP	6
SECÇÃO 1: Educação de Adultos e Grupos Vulneráveis	7-14
1.1 A Educação de Adultos como uma Abordagem de Aprendizagem ao Longo da Vida	8
1.2 Aprendizagem Experiencial na Educação de Adultos	11
1.3 Uma Abordagem Inclusiva à Educação de Adultos	13
SECÇÃO 2: Utilização das Artes e Atividades Culturais como Ferramenta na Educação de Adultos para Grupos Vulneráveis	15-23
2.1 O Impacto da Arte e da Cultura no Bem-Estar Físico e Emocional	16
2.2 Utilização das Artes e Atividades Culturais para Promover a Inclusão Social de Grupos Vulneráveis	19
SECÇÃO 3: Conceção e Produção de Artes e Atividades Culturais como um Método Educacional para Grupos Vulneráveis	24-53
3.1 Metodologia para Conceção e Implementação de Atividades Culturais para os Sem-Abrigo	26
3.1.1 Abordagem para a Conceção de Artes e Atividades Culturais	26
3.1.2 Organização de Artes e Atividades Culturais	27
3.1.3 Desenvolver um Programa de Formação	28
3.1.4 Como Avaliar um Programa de Formação	30
3.2 Metodologia para Conceção e Implementação de Atividades Culturais para Pessoas com Deficiências Visuais	31
3.2.1 Abordagem para a Conceção de Artes e Atividades Culturais	31
3.2.2 Organização de Artes e Atividades Culturais	32
3.2.3 Desenvolver um Programa de Formação	33
3.2.4 Como Avaliar um Programa de Formação	35

3.3 Metodologia para Conceção e Implementação de Atividades Culturais para Beneficiários do Rendimento Social de Inserção_	36
3.3.1 Abordagem para a Conceção de Artes e Atividades Culturais	36
3.3.2 Organização de Artes e Atividades Culturais	37
3.3.3 Desenvolver um Programa de Formação	38
3.3.4 Como Avaliar um Programa de Formação	39
3.4 Metodologia de Conceção e Implementação de Atividades Culturais para Mulheres Com & Sem Deficiências	40
3.4.1 Abordagem para a Conceção de Artes e Atividades Culturais	40
3.4.2 Organização de Artes e Atividades Culturais	40
3.4.3 Desenvolver um Programa de Formação	41
3.4.4 Como Avaliar um Programa de Formação	43
3.5 Metodologia para a Conceção e Implementação de Atividades Culturais para Pessoas com Deficiências Mentais e Físicas, Pessoas em Cuidados Psiquiátricos, Jovens Adultos com Baixos Rendimentos	43
3.5.1 Abordagem para a Conceção de Artes e Atividades Culturais	43
3.5.2 Organização de Artes e Atividades Culturais	45
3.5.3 Desenvolver um Programa de Formação	46
3.5.4 Como Avaliar um Programa de Formação	47
3.6 Metodologia para a Conceção e Implementação de Atividades Culturais para Jovens Adultos com Desvantagens Económicas e Seniores_	47
3.6.1 Abordagem para a Conceção de Artes e Atividades Culturais	47
3.6.2 Organização de Artes e Atividades Culturais	49
3.6.3 Desenvolver um Programa de Formação	50
3.6.4 Como Avaliar um Programa de Formação	52
SECÇÃO 4: Como Proporcionar Formação aos Membros de Grupos Vulneráveis que Desejam Tornar-se Formadores	54-58
CONCLUSÃO	59-61

ACERCA DESTE MANUAL:

Este manual é elaborado no âmbito do projeto "**Estabelecimento de uma rede transnacional de prestadores de educação de adultos para a promoção da inclusão social de grupos vulneráveis/STEP UP**" (<https://www.stepupart.eu/index.php>) para facultar orientações e dicas sobre como conceber e implementar atividades artísticas e culturais dirigidas a grupos vulneráveis específicos e, em particular:

- Pessoas com deficiências visuais, incluindo invisuais
- Pessoas com problemas de saúde mental
- Pessoas com deficiências intelectuais
- Sem-abrigo
- Mulheres, incluindo migrantes
- Pessoas com baixos rendimentos, incluindo jovens
- Seniores

Em particular, o manual visa fornecer informações e orientações práticas baseadas nas experiências dos parceiros na implementação de atividades artísticas e culturais específicas, com a participação dos grupos vulneráveis acima mencionados, as quais se resumem no seguinte:

- Metodologia sobre como conceber artes e atividades culturais que satisfaçam as necessidades dos grupos-alvo,
- Formas de abordar os grupos-alvo e de manter o seu interesse em participar nas atividades culturais,
- Desenvolver programas de formação para os grupos-alvo,
- Formas de avaliar estes programas de formação.
- Como proporcionar formação aos membros destes grupos vulneráveis que desejam tornar-se eles próprios formadores.

Os formadores e facilitadores devem adotar abordagens diferentes para estes grupos vulneráveis com base nas suas necessidades. Por conseguinte, o manual refere orientações concretas para o envolvimento de cada grupo alvo em atividades culturais e artísticas.

De um modo geral, o manual visa chegar a educadores de adultos, assistentes sociais, voluntários e investigadores que trabalham ou ponderam trabalhar com os grupos vulneráveis acima mencionados, e visa capacitá-los e apoiá-los no desenvolvimento e implementação de atividades artísticas e culturais relevantes com qualidade superior e impacto.

BREVE APRESENTAÇÃO DO PROJETO STEP UP

O projeto Step Up é cofinanciado pelo programa Erasmus+ da União Europeia. O objetivo geral é estabelecer uma nova rede transnacional de prestadores de educação de adultos, de atividades educativas informais e não formais, que trabalham principalmente na promoção da inclusão social de aprendentes adultos vulneráveis.

O objetivo específico do projeto é fomentar a cooperação europeia entre prestadores de educação de adultos que trabalham com grupos específicos de aprendentes de educação de adultos e grupos particularmente vulneráveis.

A Rede facilita a cooperação e o intercâmbio de experiências entre as organizações participantes. Promove o papel da cultura e das artes, no contexto da educação de adultos, na redução do processo de inclusão social de grupos vulneráveis.

Este projeto está a ser implementado por:

- Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki, Polónia
- Centro Social de Soutelo, Portugal
- Equal Society, Grécia
- Espacio Rojo, Espanha
- Nyitott Kör Egyesület, Hungria
- Oba Ütopya Eğitim Sanat Ve Medya Ticaret Limited Şirketi (aka. Utopia Education and Art), Turquia

SECÇÃO 1

Educação de Adultos e Grupos
Vulneráveis

SECCÃO 1

Educação de Adultos e Grupos Vulneráveis

■ 1.1 A Educação de Adultos como uma Abordagem de Aprendizagem ao Longo da Vida

A definição de educação de adultos depende da posição em que se esteja. Há muitos exemplos de como as pessoas a experienciam: aulas de desporto ou de bem-estar várias manhãs por semana num centro comunitário, programas de educação contínua para os funcionários, aulas de arte e de línguas realizadas pelos municípios para os seus munícipes, e cursos de autodesenvolvimento privados ou financiados por projetos para o desenvolvimento de competências sociais e cursos de formação para o desenvolvimento de novas competências profissionais. Estes são apenas alguns exemplos de como o campo da educação de adultos engloba muitas componentes. Além disso, trabalhar com adultos requer geralmente o desenvolvimento de algumas atividades organizadas e educativas.

Ademais, a educação de adultos difere da aprendizagem de adultos. Uma pessoa que tenta superar uma doença pode aprender muito através da leitura de livros e artigos, fazendo pesquisas *online*, e ouvindo outras pessoas que lidam com a mesma doença. É um processo em que a aprendizagem dos adultos acontece com a experiência da vida real. Por outro lado, se a mesma pessoa participar num programa de educação de pacientes ou num grupo de autoajuda centrado na doença, este processo seria denominado educação de adultos. A diferença é que esses programas são eventos sistemáticos e organizados com o objetivo de promover a aprendizagem. Assim, embora a aprendizagem possa ocorrer incidentalmente e em atividades educativas planeadas, **apenas as atividades planeadas são consideradas educação de adultos**. Merriam e Brockett definem a educação de adultos como "*atividades intencionalmente concebidas para promover a aprendizagem entre aqueles cuja idade, papéis sociais, ou autopercepção os definem como adultos*". (2007: 8)¹

Com tantos adultos interessados em envolver-se em ambientes de aprendizagem que abrangem desde a alfabetização básica até à realização pessoal, o termo "educação de adultos" também tem sido utilizado para a aprendizagem ao longo da vida para além da escolaridade tradicional. A Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura (UNESCO) observa que a educação de adultos é "**todo o conjunto de processos educativos organizados; qualquer que seja o conteúdo, nível ou método, seja formal ou não**".

¹Merriam, Sharan B.& Brockett, Ralph G.(2007). The Profession and Practice of Adult Education: An Introduction. Jossey-Bass, 2007, p. 3-8.

No âmbito destes processos, os adultos "melhoram as suas qualificações técnicas ou profissionais, desenvolvem as suas capacidades, enriquecem os seus conhecimentos".²

A educação de adultos, em particular, reflete uma abordagem de aprendizagem e ensino que pressupõe que os adultos podem e estão dispostos a aprender. Os adultos escolheriam o assunto que gostariam de aprender e como aprendê-lo de acordo com as suas necessidades e seriam responsáveis pela continuidade do processo. Para além das necessidades e interesses pessoais, **a educação de adultos é afetada pela demografia, globalização e tecnologia no atual contexto sociocultural.**³ Sem dúvida, há muitas formas e contextos em que um indivíduo está a aprender, como referido nos parágrafos anteriores, e atualmente, existem três classificações para os tipos de educação:

A educação formal é a educação académica básica numa instituição com um currículo estruturado e planeado. O processo de aprendizagem é tipicamente avaliado, classificado, e comprovado com certificação.

A educação não formal consiste em oportunidades de aprendizagem organizadas e estruturadas, concebidas para um grupo-alvo atingir um conjunto de objetivos de aprendizagem. A aprendizagem pode ter lugar em qualquer lugar adequado para o processo, dentro ou fora da sala de aula, em centros comunitários, museus, espaços artísticos e ao ar livre. Em geral, **a educação não formal centra-se nos alunos, é aberta e flexível às necessidades e interesses dos alunos, e adaptável às necessidades em mutação dos indivíduos e das sociedades.**⁴

Educação informal significa aprendizagem contínua fora dos ambientes institucionalizados da vida quotidiana, onde aprendentes e educadores se dedicam aos problemas e necessidades básicas do dia-a-dia e criam novas aprendizagens. A educação informal **baseia-se na observação, descoberta, tentativa, e os erros são considerados altamente importantes para a aprendizagem, ocorre em todos os ambientes (dentro das famílias, amigos ou ambientes de trabalho), e não há aulas, assiduidade, ou notas.**⁵

² International Standard Classification of Education (ISCED 1997). Available at: <https://unevoc.unesco.org/home/TVEIpedia+Glossary/filt=all/id=41> 08.08.2022.

³ Baumgartner, Sharan B. Merriam, Rosemary S. Cafarella, Lisa M.(2007). Learning in adulthood : a comprehensive guide (3rd ed.). San Francisco: Jossey-Bass. p. 7.

⁴ Grajcevcic, Albulene & Shala, Arif. (2016). Formal and Non-Formal Education in the New Era, Action Researcher in Education, issue 7, p. 120.

⁵ Cross, J. (2007). Informal learning: Rediscovering the natural pathways that inspire Innovation and Performance. San Francisco: Pfeiffer, p. 16-17.

SECÇÃO 1



Fotografia por Teatr Grodzki

Neste caso, os programas de educação de adultos são essenciais para ajudar os funcionários mais velhos a desenvolver e atualizar as suas competências e melhorar a adaptabilidade para o futuro da sua vida profissional.⁶

De acordo com o **Relatório do Banco Mundial sobre o Desenvolvimento Mundial de 2019** sobre **A Natureza Mutável do Trabalho**, adaptabilidade, pensamento crítico, resolução de problemas, curiosidade e criatividade são competências cognitivas e socio-comportamentais altamente valorizadas pelo mercado de trabalho.

Como resultado dos desenvolvimentos tecnológicos e das transformações sociais, **a educação ao longo da vida tornou-se obrigatória e acessível a todos**. Para o futuro das nações e dos países, a educação dos adultos é tão importante como a educação das crianças e dos jovens. Assim, a educação não pode ser limitada ao ambiente escolar ou apenas à aprendizagem na infância e adolescência. Além disso, o conhecimento acumulado, a vida e a experiência de trabalho fazem uma grande diferença, e a maioria dos adultos são geralmente auto-motivados para aprender. A experiência de vida e as necessidades de informação proporcionam uma base para a aprendizagem. Portanto, a educação de adultos distingue-se da educação tradicional e institucionalizada e é referida como "**andragogia**". O educador Eduard C. Lindeman, conhecido pelas suas contribuições pioneiras para a educação de adultos, acreditava que a educação deveria estar em harmonia com a vida, deveria consistir em ideias não académicas e não profissionais, concentrar-se na vida real, e valorizar as necessidades, interesses e experiências dos aprendentes. Como Lindeman afirmou, "a educação é vida - não é apenas preparação para um estranho tipo futuro de viver... **toda a vida é aprendizagem, portanto a educação não pode ter fim**. Esta nova iniciativa chama-se educação de adultos não porque se limita aos adultos, mas porque a idade adulta, a maturidade, define os seus limites".⁷

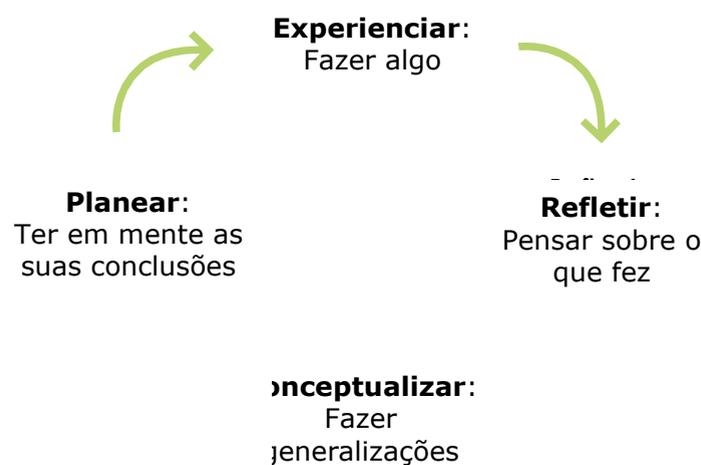
⁶ World Bank World Development Report 2019: The Changing Nature of Work. p. 72-82, available at: <http://documents.worldbank.org/curated/en/816281518818814423/pdf/2019-WDR-Report.pdf> / 10.08.2022.

⁷ Lindeman, Eduard (1926). The Meaning of Adult Education, New York: New Republic, p.4-5.

1.2 Aprendizagem Experiencial na Educação de Adultos

A aprendizagem experiencial é um processo participativo no qual os indivíduos "**aprendem fazendo**" e refletem sobre as experiências. As atividades de aprendizagem experiencial podem incluir experiências práticas, estágios, práticas, visitas de estudo, estudos no estrangeiro, investigação, projetos de curto ou longo prazo, programas de intercâmbio, e mais. Programas de aprendizagem experienciais que são bem planeados, monitorizados e avaliados **promovem a aprendizagem interdisciplinar, o envolvimento social, o desenvolvimento profissional, a consciência cultural, a capacidade de liderança e outras competências profissionais e intelectuais.**⁸

David Kolb publicou o seu modelo de aprendizagem experiencial em 1984, e a sua teoria funciona em dois níveis: um ciclo de **aprendizagem em quatro fases e quatro estilos diferentes de aprendizagem**. A teoria de Kolb relaciona-se principalmente com os **processos cognitivos internos do aprendente**, e novas experiências desenvolvem novos conceitos. A aprendizagem eficaz ocorre através do seguinte ciclo de quatro fases: (1) ter uma **experiência concreta** seguida da (2) **observação e reflexão** sobre essa experiência o que leva (3) à formação de **conceitos abstratos** (análise) e **generalizações** (conclusões) que são depois (4) **experimentadas ativamente** em situações futuras, resultando em novas experiências.



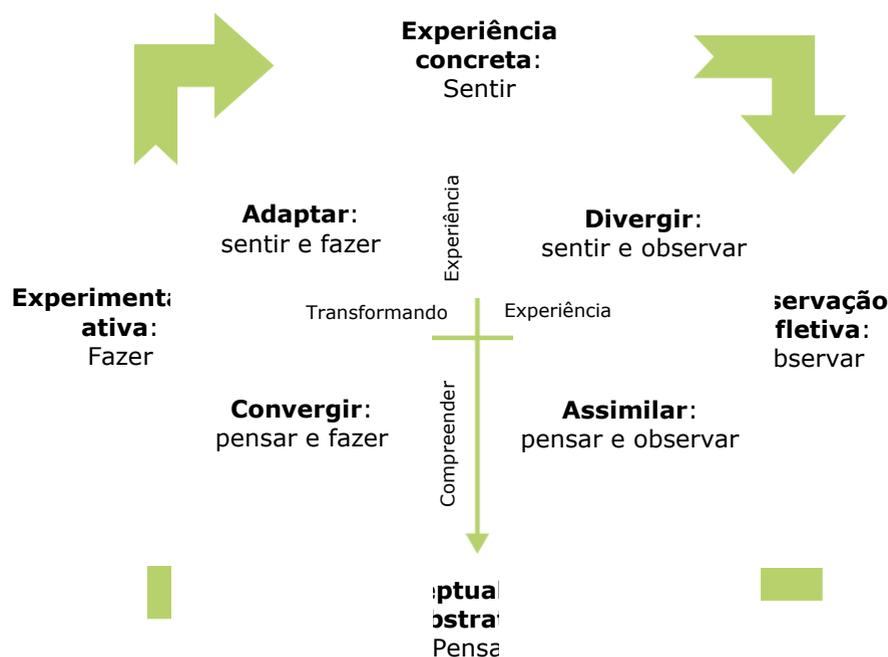
source: based on K

ial Learning, p.1-5.

⁸ Kolb, A. David (2015). *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development* [2ed.], New Jersey: Pearson FT Press, p. 1-5.

Kolb explica que **pessoas diferentes aprendem naturalmente com estilos diferentes**. Vários fatores influenciam o estilo de aprendizagem de uma pessoa, tais como: ambiente social, experiências educacionais, ou a estrutura cognitiva básica do indivíduo. **Ao abordarmos uma tarefa, a nossa resposta emocional, ou como a pensamos ou a sentimos, são únicos**. Algumas pessoas preferem a experimentação ativa - apenas fazer; outras preferem a observação reflexiva - apenas observar. Começamos a pensar em como reagir quando nos deparamos com uma nova experiência, e o nosso estilo de aprendizagem é um produto destas escolhas.⁹

Para ajudar os adultos no processo de aprendizagem, um educador tem um papel de facilitador, que deve **assegurar que o conteúdo seja concebido e implementado de forma a oferecer a cada aprendente a oportunidade de se envolver de acordo com os seus estilos de aprendizagem**. Facilitar o processo de aprendizagem requer apoiar os aprendentes, proporcionando recursos adequados, e segurança física. Reconhecer e encorajar oportunidades espontâneas de aprendizagem, o envolvimento em situações desafiantes e a descoberta de soluções ajudam o aprendente a fazer conexões significativas e a desfrutar genuinamente do processo de aprendizagem.¹⁰



fonte: baseado no Kurt, Serhc
<https://educationaltechnolog>

arning Theory and Learning
<https://www.learning-theory-learning-styles/>

⁹ McLeod, S. A. (2017, Oct 24). Kolb - learning styles, available at: <https://www.simplypsychology.org/learning-kolb.html> / 15.08.2022.

¹⁰ <https://www.bu.edu/ctl/guides/experiential-learning/> / 15.08.2022.

1.3 Uma Abordagem Inclusiva à Educação de Adultos

A participação na educação de adultos tem muitos benefícios, incluindo aumentos salariais, benefícios na saúde, participação cívica, valor social, e melhores oportunidades de vida familiar.¹ Embora isto se aplique a todos os adultos, verificam-se alterações dramáticas entre os grupos vulneráveis. O conceito de vulnerabilidade na vida adulta é suscetível de ter contextos e perspectivas diferentes em outras sociedades.

No âmbito do projeto Step Up, **um adulto vulnerável é uma pessoa com 18 ou mais anos e que enfrenta possíveis desvantagens devido a vários fatores, tais como idade, género, capacidade, nacionalidade, etnia, estado de saúde, rendimento, religião ou crenças e orientação sexual.** Dependendo de como definimos o conceito, cada adulto tem o potencial de ser vulnerável.¹²

Relativamente à educação de adultos, a "**educação inclusiva**" é essencial. Embora os aprendentes possam ter desafios, eles devem poder participar em programas que sejam benéficos, eficazes, e práticos para as suas vidas. O sucesso da educação inclusiva é alcançado principalmente pela aceitação, compreensão e adaptação às diferenças e diversidade dos aprendentes, incluindo as suas dimensões físicas, cognitivas, académicas, sociais e emocionais. É também fundamental que todos os aprendentes se sintam bem-vindos, devidamente estimulados e apoiados.¹³

A **Cimeira Mundial para o Desenvolvimento Social** realizada em Copenhaga em 1995 definiu uma sociedade inclusiva como uma "**sociedade para todos**" onde todos os indivíduos, todos com os seus direitos e responsabilidades, estão capacitados para participar ativamente. (Nações Unidas, 1995, para 66). As sociedades inclusivas têm mecanismos que contemplam a diversidade e facilitam a participação ativa das pessoas na vida política, económica e social. Estas sociedades proporcionam igualdade de **oportunidades para todos** ultrapassarem as diferenças de raça, género, classe, geração e região. Além disso, estas **possibilitam a todos alcançar o seu máximo potencial na vida.** A inclusão social assegura que uma sociedade promove simultaneamente o bem-estar individual, a confiança mútua, a pertença e a interligação.¹⁴

¹¹ <https://www.theguardian.com/public-leaders-network/2013/dec/12/councils-adult-education-learning-communities> / 15.08.2022

¹² Wave: Working With Adults Who Are Vulnerable – A Comparison Of Curricula, Policies And Constructions - Final Report, p.3-6, available at: <https://www.researchgate.net/publication/237048447> /15.08.2022.

¹³ Dale McManis, Lilla. <https://resilienteducator.com/classroom-resources/inclusive-education/> /15.08.2022.

¹⁴ <https://www.un.org/development/desa/socialperspectiveondevelopment/issues/social-integration.html>

SECTION 1



Fotografia por Espacio Rojo

O Banco Mundial definiu o conceito de inclusão social como "**o processo de melhoria das condições para que os indivíduos e grupos participem na sociedade**". No relatório "**A inclusão importa: A base da prosperidade partilhada**", o Banco Mundial observa que "a inclusão social tem a ver com bem-estar do ser humano, prosperidade partilhada, e justiça social".

A promoção da inclusão social visa alcançar a inclusão em três áreas relacionadas afins; mercados, serviços, e espaços.¹⁵

A promessa de **não deixar ninguém para trás** está entre as características que definem a **Agenda da UNESCO para o Desenvolvimento Sustentável de 2030**. O impacto das alterações climáticas afeta desproporcionadamente as populações vulneráveis, levando as desigualdades ainda mais longe. A Agenda 2030 contempla sociedades pacíficas, justas e inclusivas, onde todos os seres humanos possam realizar o seu potencial com dignidade e igualdade. A luta contra a desigualdade está relacionada com a ambição de eliminar a pobreza, preservar o planeta e alcançar um crescimento económico sustentado.

A construção de sociedades inclusivas tem sido um compromisso de longa data da comunidade internacional e uma componente significativa de uma nova abordagem humanista. **Uma sociedade inclusiva** é uma sociedade para todos, na qual cada indivíduo tem um papel ativo. Tal sociedade baseia-se em valores fundamentais de **equidade, igualdade, justiça social, direitos humanos e liberdades**, e nos princípios da **tolerância e do abraçar a diversidade**. Uma sociedade inclusiva precisa de mecanismos apropriados que permitam a todos os seus cidadãos participar na tomada de decisões que afetam as suas vidas e, em última análise, moldam o seu futuro comum.¹⁶

Numa sociedade socialmente coesa, todos os grupos teriam um sentido de pertença, participação, inclusão, reconhecimento, e legitimidade. A diversidade é altamente aceite mesmo que estas sociedades possam não ser demograficamente homogéneas, e a **coesão social assegura que os grupos vulneráveis assumam papéis ativos na sociedade**.

Dados os resultados benéficos da educação de adultos, a conceção e realização de atividades artísticas e culturais para indivíduos vulneráveis tem o potencial de aproximar as pessoas, criando uma atmosfera inclusiva e criativa onde todos os valores e princípios são respeitados; e capacitando os participantes.

¹⁵ World Bank (2013), Inclusion matters: The foundation for shared prosperity, New Frontiers of Social Policy, p. 51-53, available at: <http://documents1.worldbank.org/curated/en/114561468154469371/pdf/Inclusion-matters-the-foundation-for-shared-prosperity.pdf> /15ç08.2022.

¹⁶ <https://en.unesco.org/culture-development/transversal-approaches/social-inclusion> /13.09.2022

SECÇÃO 2

**Utilização das Artes e Atividades Culturais
como Ferramenta na Educação de
Adultos para Grupos Vulneráveis**

SECCÃO 2

Utilização das Artes e Atividades Culturais como Ferramenta na Educação de Adultos para Grupos Vulneráveis

2.1 O Impacto da Arte e da Cultura no Bem-Estar Físico e Emocional

As artes e as atividades culturais são instrumentos poderosos para apoiar o bem-estar emocional, mental e físico dos grupos vulneráveis. A arte ajuda os indivíduos a expressar os seus sentimentos e medos escondidos de formas diferentes da comunicação verbal. A exploração das emoções ajuda a **melhorar a saúde mental, o relaxamento, a gerir comportamentos, a desenvolver competências sociais, a autoconfiança, e os comportamentos cognitivos**. A implementação de atividades públicas utilizando a arte e a cultura como instrumento poderia **melhorar a criatividade, produtividade, consciencialização, empreendedorismo cultural, identidade, autenticidade, diversidade cultural, e desenvolvimento nacional**.

Muita investigação científica sugere que a arte é um tipo de linguagem para expressar sentimentos e pensamentos que ajuda a compreender a essência da personalidade. Ramos da arte, tais como artes visuais, escrita, música, teatro, dança e movimento, podem servir como ferramentas criativas para indivíduos, especialmente grupos vulneráveis, para se expressarem e revelarem livremente as suas emoções. De acordo com Jill Leckey (2011), **a arte funciona como a forma mais interna de expressão**. Materiais artísticos tais como papel, tinta, lápis e argila são incentivados a serem utilizados neste método de expressão para que os indivíduos possam descobrir os seus sentimentos.¹⁷

Jill Leckey (2011) e Inger Öster (2014)¹⁸ realçaram os benefícios das atividades criativas para o bem-estar mental e físico. Estudos concluíram que o envolvimento em atividades criativas pode **reduzir o stress e a depressão** e pode servir como ferramenta auxiliar para aliviar o peso das doenças crónicas.

Além disso, o desenvolvimento do bem-estar mental e das competências transversais são outros benefícios que podem ser obtidos através da participação em atividades artísticas e culturais.

¹⁷ LECKEY, J. (2011). The Therapeutic Effectiveness of Creative Activities on Mental Well-Being: A Systematic Review of the Literature, *Journal of psychiatric and mental health nursing*, 18, 6, 501-509.

¹⁸ ÖSTER, I. (2014) Art Therapy During Radiotherapy – A Five-Year Follow-Up Study With Women Diagnosed With Breast Cancer, *The Arts in Psychotherapy*, 36-40

É um facto que as competências técnicas são essenciais para entrar no mercado de trabalho. Contudo, recentemente, as tendências da contratação indicam uma procura crescente de competências transversais (tais como trabalho de equipa, boa comunicação, etc.), pelo que a sua importância não deve ser subestimada. Competências transversais são competências interpessoais não técnicas que podem ser desenvolvidas fora da sala de aula com a ajuda de atividades artísticas e culturais.



Fotografia por Teatr Grodzki

Criar, comunicar, expressar e simbolizar as suas emoções e necessidades são essenciais para o bem-estar físico e emocional dos indivíduos. As atividades criativas têm um impacto positivo nos indivíduos, reduzindo o *stress* e incorporando o corpo, a mente e o espírito. Além disso, como afirmam as entidades oficiais, a arte tem benefícios no desenvolvimento de novas **competências transversais**, mantendo uma melhor **resiliência** nas experiências de vida e ajudando a **superar traumas passados**, como a dor física e emocional, **enfrentar situações difíceis, e a morte**.

Algumas análises sistemáticas associadas são as seguintes:

Em 2021 Laia Delfa-Lobato e os seus colegas pesquisaram os benefícios das atividades artísticas e culturais sobre as pessoas com deficiência cognitiva. Nesta análise sistemática, os investigadores concentraram-se em explorar os benefícios das diferentes modalidades de artes e atividades culturais com evidências de 145 estudos de outras bases de dados. Todos estes estudos incluíram vários tipos de artes e atividades culturais. Entretanto, implementaram múltiplas atividades com diferentes durações e frequências.

Notavelmente, vinte e oito estudos incluíram a **terapia musical** como uma modalidade nas suas investigações. Sete estudos mencionaram o **teatro** (artes performativas), o qual pode ser um instrumento útil para explorar profundamente o Ser emocional e social. Apreciar e criar **artes visuais** foram as intervenções mais desempenhadas, e há sessenta e sete estudos ou análises que mencionam terapia, incluindo as artes visuais.

SECÇÃO 2



Photo by Utopia Education and Art

Dois estudos clínicos estão centrados em **atividades de olaria**. Quarenta e quatro estudos incluíram **terapia de dança** combinada. Três estudos referiam-se às **artes literárias**, e nove artigos evocavam o **contar de histórias**. Finalmente, treze estudos ou análises clínicas reportaram mais do que um tipo de modalidade de intervenção.

No entanto, todos estes estudos mostraram **melhorias terapêuticas significativas nas competências sociais** (socialização, comunicação, autoestima), nas **competências cognitivas** (reduções na apatia, tristeza, agitação, ansiedade e depressão), na **qualidade de vida**, no **bem-estar emocional e físico**.¹⁹

Além disso, Rosie Perkins realizou um estudo em 2021 no Reino Unido sobre envolver as artes com as **conexões sociais**. 5892 Adultos participaram num questionário de avaliação no âmbito deste estudo. Os resultados mostraram que a maioria dos inquiridos (82%) concorda que se sentiram socialmente conectados durante a implementação do estudo. As conclusões referem, "O envolvimento artístico pode apoiar a conexão social entre adultos no Reino Unido através de múltiplos caminhos, fornecendo provas em larga escala do importante papel que as artes podem desempenhar no **apoio à saúde pública social**".²⁰

Ademais, em 2018, Anita Jensen publicou um estudo sobre a utilização de intervenções artísticas para melhorar a saúde mental e o bem-estar. Ela analisou vinte estudos centrados nos benefícios de participar em intervenções artísticas nos problemas de saúde física e psicológica.²¹

Todos estes estudos concluem que as artes e as atividades culturais são benéficas para melhorar o **bem-estar mental, emocional e físico** dos indivíduos. As pessoas tendem a conhecer-se melhor, a definir sentimentos e necessidades, a construir autoconfiança e a aumentar a motivação através das artes e atividades culturais.

¹⁹ Lobato, L. (2021) Benefits of Cultural Activities on People With Cognitive Impairment: A Systematic Review, *Frontiers in Psychology*, 25 November 2021
Please note, the Supplementary Material for this article can be found online at: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.762392/full#supplementary-material> 20.08.2022

²⁰ Perkins R. (2021) Arts Engagement Supports Social Connectedness in Adulthood: Findings from the HEartS Survey

²¹ Jensen A. (2018) The Use of Arts Interventions for Mental Health and Wellbeing in Health Settings, *Perspectives in Public Health*, 30 April 2018

2.2 Utilização das Artes e Atividades Culturais para Promover a Inclusão Social de Grupos Vulneráveis

A expressão artística disponibiliza um meio único para as pessoas se expressarem, encorajando a participação na vida cultural, facilitando o acesso à cultura, e promovendo a inclusão social. Há um amplo reconhecimento das dimensões de bem-estar social e cultural das artes e da educação cultural, incluindo o seu **efeito curativo em situações pós-conflito e pós-catástrofe**.

A integração da educação artística na educação não formal também proporciona um ambiente de aprendizagem diversificado. As artes e atividades culturais têm o potencial de **desbloquear e expressar emoções, construir amizades e unir comunidades em torno de uma visão comum de paz**. Proporcionam um **alívio do stress** muito necessário e podem ser ferramentas para a sobrevivência. De igual modo, a expressão artística promove a **inclusão social e a estabilidade**, assegurando a paz e prevenindo tensões e conflitos.²²

Várias investigações mostram que as artes e as atividades culturais têm benefícios para a promoção da inclusão social de grupos vulneráveis. Segundo o Departamento de Assuntos Económicos e Sociais das Nações Unidas (2016), a **inclusão social** é definida como "[...] o processo de melhoria das condições de participação na sociedade, particularmente para as pessoas desfavorecidas, através do reforço das oportunidades, do acesso aos recursos, da voz e do respeito pelos direitos."²³

Um estudo mais recente realizado pela Agência para os Assuntos Culturais do Japão & Equipa de Investigação Conjunta da Universidade de Kyushu (2021) descreve a "inclusão" como "**unidade na diversidade**"²⁴ Em contrapartida, outras formas de compreender a inclusão poderiam estar a associá-la às noções de integração e aceitação.²⁵

²² <https://en.unesco.org/culture-development/transversal-approaches/social-inclusion/13.09.2022>

²³ United Nations, Department of Economic and Social Affairs. (2016). Leaving no one behind: the imperative of inclusive development (pp. 1-22). New York: United Nations. Retrieved from <https://www.un.org/esa/socdev/rwss/2016/full-report.pdf>

²⁴ The Agency for Cultural Affairs of Japan & Kyushu University Joint Research Team. (2021). Social Inclusion through Culture and the Arts: A Handbook for Beginners [Ebook]. Retrieved from http://www.sal.design.kyushu-u.ac.jp/pdf/Handbook_for_Beginners_SAL.pdf

²⁵ Kuppens, P. (2004). Disability and contemporary performance. New York: Routledge.



Fonte: Nações Unidas, Departamento de Assuntos Económicos e Sociais. (2016). Leaving no one behind: the imperative of inclusive development (pp. 21). New York: United Nations.

No livro de Alain de Botton e John Armstrong "Arte como terapia" (2013), a arte tem um papel na inclusão de grupos vulneráveis e tem efeitos benéficos na vida social e bem-estar dos indivíduos:

*"A arte pode trazer os frutos da experiência a ser recordada e torna-a renovável. Uma ferramenta que guardará bem as memórias preciosas e as nossas melhores intuições. (...) Permite exaltar a tristeza: **A arte tem um lugar legítimo numa vida boa.** (...) Funciona como um estabilizador: A arte reflete a essência das nossas boas qualidades de uma forma extraordinária. (...) **Ajuda-nos a alcançar o equilíbrio e conduz-nos às melhores possibilidades.** (...) Orienta-nos no conhecimento de nós próprios: Pode ajudar-nos a definir aquilo que é difícil de pôr em palavras."²⁶*

O envolvimento com as artes e atividades culturais apoia a **conexão social**, quebra a solidão, o que se torna **benéfico para a saúde pública**. Em 2010 Ed Hall publicou um artigo no *Journal of Intellectual Disability Research* intitulado "Espaços de Inclusão Social e Pertença para Pessoas com Deficiência Intelectual". O documento define as pessoas com deficiências intelectuais como "socialmente excluídas", e as **políticas de inclusão social** investigam em prol deste grupo vulnerável. O estudo salienta que várias artes e atividades culturais podem ser benéficas para os problemas de saúde física e mental.

²⁶ Botton A., Armstrong J. Art as Therapy, Phaidon Press, P:64-65 Oct 14, 2013



Hall analisou 20 artigos científicos sobre envolvimento artístico, prática de saúde baseada em factos, artes participativas e atividades culturais para o bem-estar tais como poesia, literatura, dança, canto, música, artes visuais e criativas, etc. Os resultados mostram que os programas artísticos e culturais são **formas** benéficas e **económicas** de melhorar a saúde mental e física. O envolvimento em atividades artísticas e culturais especialmente concebidas pode reduzir a intensidade dos sintomas físicos e melhorar as questões de saúde mental.²⁷



Em 2019, o Departamento Regional da OMS para a Europa publicou um extenso relatório sobre as provas científicas dos benefícios das artes e das atividades culturais, intitulado "**Qual é a evidência sobre o papel das artes na melhoria da saúde e do bem-estar?**". O relatório analisou 3.500 estudos e provou que "as artes podem ter um impacto potencial na saúde mental e física".

Christopher Bailey, responsável pela Iniciativa Arte e Saúde da Organização Mundial de Saúde (OMS), cita Carl Gustav Jung, fundador da psicologia analítica, que disse que a **solidão não é a ausência de pessoas, mas a incapacidade de expressar o que mais importa**. Bailey afirma que a participação nas artes e atividades culturais pode ajudar as pessoas a enfrentar o *stress* quotidiano, melhorar o bem-estar físico e social, aumentar a produtividade e encontrar significado e alegria em situações difíceis. Estes benefícios mudam a vida das pessoas que precisam de tratamento, dos seus prestadores de cuidados, e mesmo daqueles que são saudáveis²⁸

O relatório acima mencionado fornece provas do valor potencial das artes na **promoção da saúde, na melhoria ou prevenção de várias condições de saúde mental e física e no tratamento ou gestão de condições agudas e crónicas** que ocorrem ao longo da vida. A pesquisa cobriu várias atividades artísticas e explorou programas apresentados em múltiplos cenários, desde hospitais a comunidades de cuidados primários e lares. Em conclusão, o resultado desta pesquisa prova os benefícios que a arte traz à saúde dos indivíduos.

²⁷ E. Hall, Spaces of Social Inclusion and Belonging for People with Intellectual Disabilities, Journal of Intellectual Disability Research, March 2010

²⁸ <https://newsmd.com/news/2022-07-30-christopher-bailey-head-of-the-who-art-and-health-initiative-%22participating-in-art-has-a-healing-dimension%22.Hk3fd4maq.html> 20.08.2022.



O relatório da OMS analisou estudos-piloto não controlados, ensaios controlados de forma aleatória, inquéritos transversais em pequena escala, análises de estudos de coortes longitudinais representativos a nível nacional, estudos de casos individuais e etnografias à escala comunitária. Em geral, os resultados desta análise apontam para o poderoso impacto da arte na saúde mental e física e como as artes **promovem a inclusão social** ao **apoiar a conexão social**.

O segundo tópico da investigação centra-se nas condições para as quais não estão disponíveis soluções completas. As artes prometem fornecer uma **perspetiva holística** e **enfrentar problemas difíceis ou complexos para os quais não existem atualmente soluções adequadas**.

Um terceiro tópico é que a base de evidência demonstrou a eficácia das intervenções artísticas e os seus **benefícios económicos**. Algumas intervenções artísticas foram mais práticas e rentáveis do que possíveis intervenções na área da saúde.²⁹

Com o seu envolvimento em atividades artísticas, os adultos vulneráveis poderiam participar em processos que requerem a tomada de decisões e a construção de relações, assumindo a posição de agentes ativos em vez da de sujeitos passivos para os quais as decisões devem ser tomadas por outros. Nesta perspetiva, a atividade artística contribui para combater a desconexão, adotando uma abordagem participativa das interações sociais.

Consequentemente, a arte pode ser pioneira, como veículo de **mudança social na esfera pública**, através de repercussões positivas das atividades artísticas / culturais. Estas repercussões podem incluir o aprimorar de várias destrezas sociais (por exemplo, tomada de decisões, cooperação, debate democrático, etc.) que em última estância acabam por **facilitar intercâmbios sociais saudáveis** e **testar fronteiras sociais**.

De acordo com Fox e Macpherson (2015), o efeito cascata é ainda mais notável quando se pede às pessoas vulneráveis que façam parcerias com pessoas não vulneráveis durante as atividades, colmatando a lacuna entre dois grupos sociais aparentemente muito diferentes³⁰

²⁹ Fancourt D, Finn S. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2019 (Health Evidence Network (HEN) synthesis report 67), p.52-53, available at: <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289054553> 20.08.2022

³⁰ Fox, A., & Macpherson, H. (2015). Inclusive arts practice and research. London: Routledge. Taylor & Francis Group.

No entanto, para além do seu uso terapêutico, a **atividade artística pode também ser o catalisador para a criação de um ambiente inclusivo** que encoraje a participação em vez da passividade. O objetivo é romper com a perspetiva da cultura separatista que vê as pessoas vulneráveis como incapazes de criar - exceto se tiverem de o fazer por razões puramente terapêuticas.³¹



Fotografia por Teatr Grodzki

³¹ Rix, P. (2003). 'Anything is Possible': The Arts and Social Inclusion. Policy Futures In Education, 1(4), 716-730. doi: 10.2304/pfie.2003.1.4.8

SECÇÃO 3

**Conceção e Produção de Artes e
Atividades Culturais como um Método
Educativo para Grupos Vulneráveis**

SECTION 3

Conceção e Produção de Artes e Atividades Culturais como um Método Educacional para Grupos Vulneráveis

A abordagem à conceção de uma atividade afeta indubitavelmente a qualidade e produtividade do processo. Há muitas variáveis tais como; os profissionais, o grupo alvo, e até que ponto os participantes vão demonstrar interesse em participar. É também essencial definir com que rigor ou flexibilidade os formadores irão estruturar o programa e se é possível ajustá-lo em função do progresso da sua implementação.

Durante a organização da atividade, uma das principais preocupações é **como alcançar o grupo-alvo**. Ainda que a publicação de um convite público para receber candidaturas seja uma opção, é também possível identificar os participantes através de profissionais ou pessoas que já tenham contacto com membros deste grupo-alvo.

Além disso, cada organização pode ter métodos diferentes para atingir o seu grupo-alvo. Na maioria dos casos é necessário solicitar a cooperação de outras organizações que tenham experiência no trabalho com o grupo-alvo. Os formadores devem também **considerar a possibilidade de pedir a ajuda de profissionais ou voluntários que apoiem a implementação da atividade**.

Ao desenvolver a formação, o planeamento de um programa presencial ou *online* terá diferentes necessidades e resultados. Existem outras componentes tais como a duração do programa de formação, o número e a duração das sessões, o conteúdo do programa, o número de participantes e os materiais de formação necessários.

Finalmente, os formadores devem também **considerar a avaliação da formação**. Devem considerar as necessidades dos grupos-alvo e os níveis de capacidade ao mesmo tempo que decidem sobre o tipo de avaliação. Por exemplo, as entrevistas podem ser mais úteis do que os questionários para alguns grupos vulneráveis. Também precisam de determinar em que fase da formação (antes, durante, e depois) a avaliação deve ter lugar.

Nesta secção, as questões acima mencionadas serão analisadas, considerando as características e necessidades dos grupos vulneráveis específicos. As dicas e orientações serão apresentadas sobre como conceber e implementar atividades artísticas e culturais com a participação dos grupos vulneráveis selecionados.

A experiência dos parceiros do consórcio baseia-se na implementação piloto de certas atividades artísticas e culturais durante as fases anteriores do projeto. Os destaques serão partilhados, referindo-se em particular à modalidade específica da arte realizada durante os *workshops*. Será igualmente delineado o contexto geral da implementação de atividades culturais para indivíduos vulneráveis.

3.1 Metodologia para Conceção e Implementação de Atividades Culturais para os Sem-Abrigo

3.1.1 Abordagem para a Conceção de Artes e Atividades Culturais

No quadro da inclusão social baseada nas artes, e na educação não formal em geral, é de importância fundamental não apenas "conceber atividades para" qualquer grupo vulnerável, mas ter as atividades "concebidas para e com" a contribuição do próprio grupo. Neste sentido, as atividades devem ser concebidas e implementadas numa abordagem participativa. A análise interna e a avaliação das necessidades devem ter lugar antes de qualquer outra etapa organizacional, uma vez que a inclusão social deve ser conceptualizada à luz das necessidades e adversidades do grupo-alvo, com vista a serem atendidas.

A identificação das necessidades acima mencionadas e dos interesses, expectativas e competências dos participantes poderiam ter lugar, de preferência, através da consulta do grupo-alvo, não só de forma prévia mas também ao longo de todo o procedimento e procurando constantemente as suas perspetivas e levando-as em consideração. Depois de avaliar as necessidades, competências e aspirações, proceder à exploração de ferramentas que possam melhor responder a elas e ajustá-las ao potencial da intervenção (orçamento e limitações de tempo).

Os participantes devem ser envolvidos em todo o processo para alcançar o máximo dos resultados esperados. Para tal, é crucial ter um plano de ação flexível e sistematicamente revisto e estabelecer uma relação de confiança e cooperação com a população visada.

Os indivíduos sem-abrigo são um grupo-alvo seriamente desfavorecido, enfrentando uma grande precariedade e instabilidade. Uma abordagem participativa poderia evitar, em certa medida, as elevadas taxas de desistência, ajustando a atividade à disponibilidade dos formandos para a frequentar. Contudo, em termos de organização, a conceção deve ser o mais aberta e atempada possível para inspirar fiabilidade e envolvimento com o grupo-alvo.

Em poucas palavras:

- Perguntar-lhes primeiro! Confiar neles e na sua contribuição!
- Evitar assumir e decidir por eles!
- Contrariar o processo de obstrução aos socialmente excluídos e "improdutivos".
- Certificar-se, por favor, de que os participantes estão ativamente envolvidos, respeitando as suas limitações e ao mesmo tempo encorajando o seu sentido de iniciativa no processo de tomada de decisão.

3.1.2 Organização de Artes e Atividades Culturais

Embora não exista uma definição universalmente aceite de sem-abrigo, a FEANTSA, a Federação Europeia de Organizações Nacionais que Trabalham com os Sem-Abrigo defende um amplo entendimento que engloba pessoas sem um teto, sem casa, e sem habitação adequada e segura. Para proporcionar um quadro comum através do qual se possa discutir o problema dos sem-abrigo, a FEANTSA tenta cobrir todas as situações de vida que equivalem a sem-abrigo ou exclusão habitacional:

- Pessoas sem um Teto (pessoas que vivem em condições difíceis e pessoas em alojamento de emergência);
- Pessoas sem Casa (pessoas em alojamentos para os sem-abrigo, em abrigos para mulheres, em alojamentos para migrantes, pessoas que vão ser retiradas de instituições, e pessoas que recebem apoio a longo prazo devido a desalojamento);
- Viver em alojamentos inseguros (pessoas que vivem em arrendamentos inseguros, sob ameaça de despejo ou violência);
- Viver em alojamentos inadequados (viver em alojamentos impróprios, alojamentos não convencionais ou em situações de sobrelotação extrema).

É bastante desafiante alcançar e estabelecer uma cooperação impactante com pessoas que vivem em condições de vida precárias, significativamente diferentes das outras. Assim, por razões de eficácia, a tentativa de abordagem deve considerar esta diferenciação.

No caso de se tratar de pessoas desalojadas, recomenda-se que **sejam contactadas através de organizações e instituições que lhes proporcionem alojamento de emergência.**

SECÇÃO 3

As referidas entidades já terão estabelecido contactos regulares com os seus beneficiários. A cooperação com elas poderia oferecer uma visão sobre quais os indivíduos mais propensos a participar num projeto desta natureza.

Estas organizações podem também disponibilizar o enquadramento no qual o apelo à apresentação de candidaturas poderia ser abordado de forma mais visível (utilizando quadros de avisos, organizando uma sessão informativa ou um workshop, entre outros meios). Tal abordagem poderia também ser adotada para os sem-abrigo inseridos num plano de alojamento de emergência.

Em relação às pessoas que vivem em alojamentos rudimentares, inseguros ou inadequados, que não residem num único local, a opção de trabalho de rua poderia ser uma alternativa. Contudo, uma abordagem individual tornaria o estabelecimento de uma relação sólida, com os beneficiários, bastante exigente e demorado.

As ações realizadas em espaços públicos de bairros desfavorecidos poderiam atrair o interesse do grupo-alvo. Neste caso, especialmente se tal abordagem tiver lugar sem a contribuição de outra organização ativa no campo do trabalho de rua, poderá ser necessário um investimento significativo de tempo no processo de recrutamento.

Por último, mas não menos importante, seria sugerido como uma última opção, um convite público *online* para receber candidaturas. Os sem-abrigo são um grupo-alvo complexo a envolver, e os convites públicos são menos suscetíveis de mitigar a baixa capacidade de resposta.

3.1.3 Desenvolver um Programa de Formação

Relativamente aos meios de implementação da atividade, recomenda-se que esta tenha lugar presencialmente. Provavelmente, a população alvo pode não possuir o equipamento tecnológico (ligação à Internet, dispositivos eletrónicos) que uma ligação *online* requer.



Fotografia por Equal Society

Além disso, os benefícios da interação presencial ajudam ao desenvolvimento de competências e ao aperfeiçoamento das capacidades de comunicação. No entanto, a perspetiva de sessões *online* não deve ser excluída durante tempos difíceis, tais como numa possível pandemia.

Escolher o local certo para atividades inclusivas é tão importante como escolher a metodologia adequada. O local auxiliará uma melhor aprendizagem com um ambiente adequado à atividade cultural a ser desenvolvida. O próprio ambiente de aprendizagem é muitas vezes um elemento negligenciado do processo de aprendizagem. Certifique-se de que é um local de fácil acesso, em termos de proximidade e acesso através de transportes públicos, bem como um local seguro em termos de privacidade. Quanto mais agradável e ajustado ao carácter da atividade, melhor impressão e inspiração criará para os participantes provenientes de um ambiente severamente desprivilegiado.

A duração do programa de formação deve ser determinada com base no nível de dificuldade da ferramenta de aprendizagem/cultural selecionada e nas subsequentes necessidades de desenvolvimento de capacidades, bem como na disponibilidade e vontade dos participantes. Apesar destes parâmetros, quanto mais os participantes se familiarizarem com as ferramentas e processos de aprendizagem, mais substancial será o impacto da atividade. Contudo, as medidas para os participantes devem ser tão flexíveis quanto possível para se adaptarem às suas necessidades quando necessário.

Além disso, pode ser um desafio ter este grupo-alvo comprometido por um período que ultrapasse a visibilidade futura da sua vida diária. **Oferecer uma perspectiva a médio prazo é ideal, com a opção de prolongar, se necessário.** A atividade não deve ganhar uma dimensão obrigatória que se oponha à criação de um compromisso voluntário em nome dos participantes.

No entanto, é indubitável que as intervenções a longo prazo são mais suscetíveis de oferecer a assistência necessária para promover a inclusão social de grupos vulneráveis, que tendem a receber um apoio fragmentado e insuficiente.

A duração e a frequência das sessões também devem ser estudadas e decididas em função da disponibilidade do grupo-alvo. Os encontros mais frequentes promovem a presença sistemática por parte dos participantes. Ao mesmo tempo, reunir-se todas as semanas, por exemplo, pode ser demasiado intensivo em comparação com o ritmo de vida dos participantes e o tempo de que necessitam para se prepararem para as sessões.

A dinâmica de grupo também deve ser explorada e facilitada nos casos em que são preferenciais as reuniões de grupo. As atividades de formação de equipas e as ferramentas de educação não formal devem ser utilizadas para criar um ambiente de aprendizagem seguro para todos.

Para pessoas que possam estar a sofrer de um processo de isolamento, as dinâmicas de grupo desempenham um papel significativo no empoderamento do próprio grupo. Quer os participantes já estejam ou não familiarizados uns com os outros, no caso de ser adotada uma abordagem coletiva, os formadores e facilitadores devem dedicar tempo suficiente ao processo de formação da equipa.

O planeamento e conteúdo do programa de formação deve basear-se no resultado da avaliação das necessidades dos candidatos. Deve ser executado por profissionais experientes e ser frequentemente revisto para satisfazer as necessidades emergentes dos participantes.

Pequenos rituais no início e no final das sessões para criar padrões repetitivos dentro da sessão ajudam a promover a segurança e o conforto. Reforços positivos tais como lanches, bebidas e equipamento apropriado aumentariam o conforto dos participantes.

Ao determinar o número de participantes, os formadores devem considerar a forma como os indivíduos estão preparados para se envolverem numa atividade de equipa. Como o grupo-alvo específico está relativamente exposto ao isolamento, garantir que todos estão em posição de aderir a um projeto de colaboração. Em princípio, é melhor trabalhar em pequenos grupos para que haja mais tempo para que todos recebam a orientação e o apoio de que necessitam.

O planeamento de sessões individuais, se possível, pode aliviar a tensão de uma pessoa. Por exemplo, na atividade piloto de rádio na Grécia, a realização de uma sessão individual, em vez de uma sessão em grupo, e uma subsequente gravação em *podcast* com um participante em dificuldades ajudou-os não só a superar os seus sentimentos negativos, mas também a verbalizar e a partilhar preciosas narrativas pessoais. Nesses momentos, seria útil a orientação de um psicólogo.

Materiais visuais adequados, evitando textos longos e orientação escrita ajudariam os participantes a abordar e compreender mais facilmente o formato, porque os sem-abrigo em certa medida podem ter dificuldades com a alfabetização.

3.1.4 Como Avaliar um Programa de Formação

A monitorização e avaliação são processos nucleares a ter lugar durante todo o período de implementação, ou seja, antes, durante e depois da atividade cultural/artística. É crucial incorporar sessões de *feedback* e outras tarefas de avaliação no final de cada sessão para permanecer em sintonia com os pontos de vista e necessidades dos participantes.

Como a produção de intervenções escritas pode ser demasiado exigente para este grupo-alvo, certifique-se de os envolver em formatos de avaliação mais interativos e menos formais. Dar tempo para as sessões de *feedback* e de balanço no final de cada sessão/reunião, bem como realizar entrevistas antes e depois da implementação da atividade, contribuiria para o alinhamento da atividade com as necessidades, dificuldades e expectativas dos participantes.

■ 3.2 Metodologia para a Conceção e Implementação de Atividades Culturais para Pessoas com Deficiências Visuais

■ 3.2.1 Abordagem para a Conceção de Artes e Atividades Culturais

O programa de formação deve ser concebido por formador/formadores que (de preferência) tenham alguma experiência na utilização de métodos artísticos em geral e se sintam à vontade para realizar as atividades propostas aos participantes. No entanto, podem ainda enfrentar um grande desafio ao transmitirem os seus conhecimentos aos participantes invisuais. Assim, a fase preparatória da formação é de grande importância.

Antes de conceber a atividade, é altamente recomendável consultar os representantes da comunidade de invisuais e deficientes visuais, e profissionais experientes que trabalham com eles. Muitos aspetos da implementação da formação precisam de ser discutidos, previstos e planeados.

Em primeiro lugar, deverá ser clarificada a comunicação e estabelecimento de contacto com pessoas invisuais e deficientes visuais durante as atividades do *workshop*. Os formadores devem compreender como é importante **explicar tudo claramente e estar prontos para trabalhar em conjunto com os participantes e deixá-los "ver" as coisas com as suas mãos**. Por vezes é necessário guiar diretamente as pessoas invisuais, para as ajudar a deslocar-se e encontrar direções.

Além disso, o **local do workshop deve ser adequadamente preparado, facilmente acessível aos participantes** e suficientemente grande para garantir conforto e liberdade de movimento, sem obstáculos perigosos. **A segurança deve ser garantida**, por exemplo, se houver o perigo de queda das escadas.

Neste contexto, deve também ser mencionado que o transporte de deficientes visuais para o local do *workshop* pode ser um desafio. Elas não conduzem sozinhas e têm também, muitas vezes, problemas com a utilização de transportes públicos. Tais dificuldades devem ser consideradas e, se possível, o transporte deve ser providenciado/facilitado pelos organizadores. Pode impedir a rotatividade dos participantes e uma elevada taxa de absentismo.

Flexibilidade, abertura aos desafios, espontaneidade e prontidão para responder às necessidades dos participantes individuais e seguir dinâmicas de grupo são significativas quando se trabalha com invisuais. Algumas tarefas específicas podem revelar-se muito difíceis para os participantes. Por exemplo, uma instrução aparentemente simples como deslocar-se pode ser concretamente um problema para uma pessoa invisual. Assim, os **formadores devem sempre procurar soluções e propor alternativas**, apoiando ações (por exemplo, trabalhando em pares).

Há uma grande diferença entre invisuais e deficientes visuais envolvidos anteriormente em várias atividades de reabilitação e aqueles que não o fizeram. Estão normalmente mais preparados para enfrentar novos desafios se já tiverem participado em tais atividades. Caso contrário, podem ter medo de experimentar coisas novas e, portanto, precisam de uma abordagem diferente (mais tempo e atividades de aquecimento adicionais). Assim, os formadores devem conhecer os membros do grupo antes de começarem a planear o programa, o que lhes permitirá trabalhar de forma mais eficiente e preparar-se para vários obstáculos.

3.2.2 Organização de Artes e Atividades Culturais

A comunidade de invisuais é em grande medida fechada e isolada. Muitas limitações resultantes de disfunções da visão restringem a sua atividade diária. Assim, as pessoas com deficiência visual ficam frequentemente juntas, e não é fácil para elas agir num ambiente desconhecido. Além disso, são frequentemente cautelosos com novas pessoas e novas oportunidades de autodesenvolvimento. Por conseguinte, muitas formas habituais de publicitar atividades culturais não resultariam, nesse caso.

O método mais eficaz para chegar à comunidade de invisuais é através da rede de delegações locais das organizações nacionais que congregam invisuais e representam as suas necessidades e direitos em toda a Europa. Esta estrutura organizacional pode facilitar o acesso às pessoas com deficiência visual que intervêm localmente e comunicam/cooperam. No entanto, o nível de atividade de cada ramo é diferente; nem todos intervêm ativamente na sua sociedade local/regional.

Outra forma de transmitir informação e de associar pessoas invisuais é através de revistas publicadas em Braille, impressas em tamanho maior e em versão eletrónica (por exemplo, como uma newsletter em HTML, formato RTF) e gravadas num CD. Além disso, é aconselhável utilizar a rádio local para divulgar informação sobre as várias atividades e ofertas culturais a pessoas invisuais e amblíopes que frequentemente ouvem rádio. Este grupo-alvo específico é também ativo nas redes sociais, uma vez que muitos utilizam sintetizadores de fala. Assim, também podem receber e reencaminhar mensagens por correio eletrónico.

Independentemente da escolha de um método de promoção específico, a mensagem sobre aulas e eventos culturais será convincente se for recomendada por uma pessoa com deficiência visual.

Os conhecimentos e competências dos profissionais e organizações experientes no trabalho com este grupo-alvo seriam benéficos durante o planeamento e implementação de qualquer atividade cultural. Os seus antecedentes práticos no apoio a pessoas com disfunções visuais podem ajudar a recrutar participantes e a navegar com sucesso através do processo criativo.

Além disso, o envolvimento de assistentes voluntários que possam auxiliar nas atividades artísticas, em conjunto com os invisuais, será produtivo para alcançar os resultados esperados. Adicionalmente, irá contribuir para processos de integração mais amplos.

3.2.3 Desenvolver um Programa de Formação

A organização de atividades culturais *online* para deficientes visuais e invisuais não é aconselhável. O contacto direto com eles permite a possibilidade de conduzir as suas mãos em alguns casos, e ajudá-los diretamente a realizar as tarefas é um fator de sucesso essencial para a utilização de vários métodos artísticos.



Fotografia por Utopia Education and Art

SECÇÃO 3

Pode ser difícil explicar tudo verbalmente, e o sentido do tato é importante neste processo de aprendizagem. Por conseguinte, recomenda-se a realização de *workshops* presenciais baseados nas artes, considerando as seguintes sugestões relativas a escolhas e decisões específicas.

Não existe um calendário rigoroso para o programa de formação, e este pode ser adaptado às várias necessidades e disponibilidade dos participantes. Podem ser utilizados *workshops* únicos ou séries mais alargadas de sessões. No entanto, pode ser recomendado o planeamento do processo de trabalho como uma formação completa, e incluir no final uma apresentação aberta das conquistas do grupo. **Os membros deste grupo-alvo precisam de mais tempo para a realização de trabalhos manuais, o que é particularmente difícil para eles.** Agir sob a pressão do tempo prejudica a motivação e o envolvimento dos participantes.

Além disso, uma experiência criativa tão mais abrangente contribui para nos conhecermos melhor e para alcançar efeitos duradouros. Ainda que passar algumas horas por dia com fantoches possa ser gratificante e revelador, a experiência de aprendizagem que dura algumas semanas ou meses pode resultar em mudanças fundamentais na vida das pessoas.



Photo by Teatr Grodzki

Provavelmente a melhor forma de implementar *workshops* para invisuais e deficientes visuais seriam as sessões de duas horas e meia (incluindo uma pausa confortável) uma vez por semana durante dois ou três meses (ou mesmo mais, se o grupo mostrar interesse no género específico de experiência criativa).

Existem muitas formas possíveis de planear e implementar atividades de *workshops* para inserir os deficientes visuais e os invisuais em atividades criativas. Contudo, o conteúdo do programa deve analisar minuciosamente as necessidades, capacidades e limitações do grupo. Ainda assim, algumas regras e abordagens gerais podem ser especificadas.

A comunicação e expressão verbal são essenciais quando se trabalha com deficientes visuais e pessoas invisuais. Embora algumas atividades culturais, como a arte fantoche, se concentrem na narração visual, muitas vezes sem palavras, o texto falado também é necessário em tais casos. Caso contrário, os destinatários perderiam a sua forma habitual de estabelecer relações com os outros e de se exprimirem.

Além disso, no caso de atividades teatrais e outras disciplinas de arte visual, a descrição áudio da apresentação final pode criar um canal de comunicação adicional e útil, e permitir a captação da obra de arte final pelos membros da audiência com deficiência visual.

Encontrar um papel adequado para cada participante é outra contribuição importante para alcançar resultados significativos de inclusão social. Nem todos os formandos com deficiência visual sentir-se-ão confortáveis no cumprimento de todas as tarefas. No entanto, é sempre possível que cada um possa propor uma contribuição valiosa para o processo criativo partilhado. Na formação piloto de fantoches realizada na Polónia, um invisual aceitou o convite para cantar uma canção final durante a *performance*. Ele não estava interessado em fantoches, mas cantar era a sua maior paixão. Como mencionado acima, o número ideal de participantes na formação é de 10-14, incluindo assistentes voluntários não invisuais porque a sua presença é relevante.

Os formadores devem disponibilizar vários materiais que os deficientes visuais possam explorar com as suas mãos. Por exemplo, papel, tecido, plástico, e uma variedade de objetos, estimularia a sua criatividade e facilitaria o processo de trabalho. Além disso, alguns instrumentos musicais básicos, como tambores, címbalos e vários guizos, podem ser práticos.

3.2.4 Como Avaliar um Programa de Formação

Podem ser utilizadas diferentes formas de avaliar as atividades criativas, dependendo dos seus objetivos, duração e forma. No caso da implementação de um período de formação mais alargado, a avaliação *ex-ante* e *ex-post* é razoável. Pode ser complementada com algumas medidas de avaliação igualmente durante a formação. No entanto, limitar a avaliação a apenas um inquérito após a sessão é melhor se existir um *workshop* único.

A forma mais fácil e eficaz de obter *feedback* dos participantes é entrevistá-los, quer individualmente, quer num círculo de reflexão dentro do grupo. **Os círculos de reflexão realizados após cada sessão podem tornar-se um "ritual" para o grupo**, reforçando os laços e relações entre os participantes e criando um espaço de autoexpressão para todos. Ao mesmo tempo, serão uma fonte de informação sobre o autodesenvolvimento, as realizações pessoais dos membros do grupo e os efeitos inclusivos, que é uma parte vital da avaliação neste caso.

Embora a principal forma recomendada, para obter *feedback* por parte dos participantes da formação de deficientes visuais, seja através de uma conversa direta, a troca de *e-mails* e a utilização de outros comunicadores da Internet pode funcionar.

Como acima referido, muitos indivíduos invisuais usam sintetizadores de fala e são ativos nas redes sociais.

Para além das práticas acima descritas, o contacto com os participantes na formação, algum tempo após o processo de formação, pode trazer resultados valiosos. Pode acontecer que alguns deles façam uso da experiência criativa adquirida em diferentes situações da vida e desenvolvam ainda mais novas competências e conhecimentos.

Finalmente, os participantes que participaram no programa-piloto da Polónia declararam sentir-se mais **autoconfiantes, motivados, socialmente empenhados e relaxados**, e admitiram que o seu **bem-estar** tinha melhorado após a formação.

■ 3.3 Metodologia para Conceção e Implementação de Atividades Culturais para Beneficiários do Rendimento Social de Inserção

■ 3.3.1 Abordagem para a Conceção de Artes e Atividades Culturais

Os programas de formação que utilizam métodos artísticos devem ser concebidos por formadores já familiarizados com o desenvolvimento de atividades culturais, principalmente com grupos vulneráveis. A sua experiência de trabalho é decisiva para alcançar melhores resultados e obter um impacto mais amplo com estas sessões de formação.

Os beneficiários do Rendimento de Social de Inserção pertencem a um grupo muito particularmente vulnerável com características pessoais e sociais sensíveis que os formadores devem considerar ao planear um programa de formação. Como alguns destes membros são resistentes, descomprometidos e imprevisíveis, os formadores devem ser flexíveis e estar preparados para modificações no programa em curso. Devido a problemas de saúde mental e dependências (álcool e drogas), baixas qualificações educativas e insuficiência económica, estas questões têm dificultado o seu processo de inclusão social e por vezes forçaram-nos a resistir a qualquer participação na formação.

A baixa qualificação escolar dos participantes pode ser um dos maiores obstáculos ao desenvolvimento da formação porque o grupo pode ter dificuldades em compreender algumas das tarefas. Assim, as atividades devem ser muito simples, o formador deve ser muito enfático com os participantes e deve compreender como é importante



Fotografia por Centro Social de Soutelo

Considerando a sua instabilidade emocional, estes membros podem desistir rapidamente da formação. Por conseguinte, durante a implementação das atividades, o ambiente deve ser calmo, informal e descontraído. **Os participantes devem ter a oportunidade de trabalhar ao seu ritmo.** O formador deve estar atento ao comportamento em grupo ou individual, ajustando a comunicação e adequando-se ao desenvolvimento das atividades.

Relativamente ao planeamento do programa de formação, é da responsabilidade do formador organizar e decidir as atividades. Devido à falta de iniciativa dos participantes e à sua baixa alfabetização, pode ser um desafio integrar as suas sugestões durante a formação. Contudo, as suas opiniões devem ser consideradas, e as atividades devem ser ajustadas de acordo com as suas capacidades e opiniões.

As atividades devem ser planeadas de **forma simples, objetiva e flexível**, utilizando **linguagem clara e adaptável às diferentes necessidades dos participantes**. Assim, um ambiente de formação desta natureza **permitirá o envolvimento e motivação dos participantes**.

3.3.2 Organização de Artes e Atividades Culturais

Os formadores, que pretendem organizar sessões de formação cultural e artística com os beneficiários do Rendimento Social de Inserção, devem em primeiro lugar estabelecer contacto com os assistentes sociais que acompanham este grupo-alvo nos municípios.

Estes profissionais trabalham em estreita colaboração com os indivíduos e sabem muito sobre as suas histórias pessoais. Assim, podem levar os formadores a selecionar os participantes apropriados que beneficiariam da formação.

Após os profissionais selecionarem os participantes, é essencial realizar reuniões individuais para apresentar a formação (objetivos, número de sessões, atividades a serem realizadas e avaliação da formação) e esclarecer quaisquer dúvidas que possam surgir. Além disso, nestas reuniões, devem assinar um formulário de consentimento de Proteção Geral de Dados.

Para além dos formadores, seria benéfico **ter a presença de outros profissionais, especialmente psicólogos.**

3.3.3 Desenvolver um Programa de Formação

As sessões de formação utilizando metodologias artísticas e culturais são muito interativas e práticas. A formação deve ser de preferência presencial, pois permite uma melhor interação entre os participantes e melhorará as suas capacidades de capacitação e comunicação. Este grupo vulnerável precisa de socializar e interagir com outros para reconhecer e trabalhar as suas capacidades socioemocionais, permitindo-lhes enfrentar os desafios da sua vida quotidiana.



Fotografia por Centro Social de Soutelo

Considerando a vulnerabilidade económica desta população-alvo e, portanto, a falta de condições materiais e técnicas (computador e Internet), participar em sessões *online* seria um problema para eles. No entanto, as sessões *online* são uma opção em caso de razões imperiosas, como foi o caso durante a pandemia.

○ **local de formação deve ser um ambiente tranquilo e seguro onde os participantes se sintam bem e inspirados** para continuar a formação. Devido à insuficiência económica da população visada, é necessário garantir que seja um local acessível e com bom acesso aos transportes públicos.

A duração e frequência da formação deve ser definida de acordo com as necessidades do programa de aprendizagem e os interesses dos participantes. Em primeiro lugar, devem ser os assistentes sociais a planear e dirigir o programa de formação, pois são eles que conhecem as necessidades reais dos beneficiários.

A duração da formação deve ser planeada tendo em conta as dificuldades económicas dos participantes, a resistência à participação em sessões de formação e a fragilidade emocional.

Com base nas experiências das implementações piloto em Portugal, uma duração que não exceda doze sessões (durante três meses), uma vez por semana, com um máximo de duas horas por sessão, seria a duração ideal. Durante a sessão, deverão existir intervalos ajustados às necessidades individuais.

Sem dúvida, as intervenções a longo prazo podem ser mais eficazes e eficientes em termos de inclusão social de grupos vulneráveis, permitindo-lhes alcançar melhores resultados e maior impacto.

O trabalho em pequenos grupos, com um máximo de dez participantes, seria mais eficaz. Este número parece ser o mais adequado, pois permitirá ao formador prestar atenção às necessidades de cada participante e facilitará a interação em grupo.

A maioria dos indivíduos deste grupo alvo estão isolados da sociedade, pelo que a **utilização de dinâmicas de grupo eficazes** pode criar um ambiente de aprendizagem mais confortável e confiante. Os participantes devem sentir-se protegidos e seguros para se relacionarem de forma mais ativa e envolvente.

3.3.4 Como Avaliar um Programa de Formação:

A monitorização e avaliação são processos importantes que devem ter lugar ao longo da formação. No início, os instrumentos de avaliação servirão para medir e compreender as expectativas e necessidades dos formandos. Durante a implementação, mostram o que está a correr bem e o que deve mudar. No final da formação, ajudam a compreender se a formação correspondeu às expectativas e necessidades iniciais dos participantes.

Pode ser um desafio utilizar ferramentas de avaliação escrita, tendo em conta o baixo nível de alfabetização deste grupo-alvo. Em vez disso, seriam mais práticas pequenas conversas de reflexão com os participantes selecionados para cada sessão. Estas conversas são momentos de grande importância para eles porque se sentirão ouvidos e incluídos; assim, seria provável que se envolvessem mais na formação.

3.4 Metodologia de Conceção e Implementação de Atividades Culturais para Mulheres Com & Sem Deficiências

3.4.1 Abordagem para a Conceção de Artes e Atividades Culturais

Os formadores com experiência na área devem conceber programas de formação artística e cultural. Devem também estar motivados e interessados em trabalhar com adultos em situações vulneráveis.

Para a conceção, preparação e acompanhamento da atividade, é essencial colaborar com profissionais especializados que possam aconselhar e acompanhar os formadores, transmitindo os seus conhecimentos e experiência anterior, especialmente no caso de deficiência intelectual. O formador deve conceber a atividade para ter as ferramentas e os recursos necessários, e é importante manter um acompanhamento e avaliação contínuos do processo de aprendizagem. Desta forma, o planeamento é estabelecido de forma flexível e adaptável às mudanças necessárias apresentadas pelo grupo.

A metodologia deve incluir uma abordagem participativa. **Os seres humanos devem participar, fazer parte de um grupo e sentir-se incluídos na sociedade.** No entanto, muitas pessoas que sofrem a exclusão sentem que esta necessidade vital é interrompida. Se promovermos a participação, reforçamos as possibilidades de transformação, tanto individual como coletivamente, gerando autonomia, maior abertura e confiança e um impacto e qualidade de vida mais significativos para as pessoas.

A criação artística oferece a oportunidade de gerar espaços de participação e de escuta ativa. O formador deve motivar o grupo com o apoio à interação social e uma abordagem positiva das dificuldades que possam surgir na atividade. **A formação deve envolver um processo integral de interação humana, para além da simples transmissão de conhecimentos técnicos.**



Fotografia por Espacio Rojo

3.4.2 Organização de Artes e Atividades Culturais

De forma a abordar grupos vulneráveis, é importante colaborar com **profissionais da área psicossocial**, que acompanham e conhecem os participantes de antemão.

Desta forma, é possível verificar se **podem beneficiar da atividade de acordo com as suas necessidades e interesses**.

No caso de adultos com deficiências intelectuais, este encaminhamento é quase essencial para o sucesso de qualquer atividade. A sociedade tende a subestimar a capacidade criativa das pessoas com deficiência, e os **preconceitos e estereótipos podem ser obstáculos** quando se trabalha com estes grupos vulneráveis. O alargamento dos conhecimentos da organização implementadora em conjunto com profissionais ou organizações com experiência anterior pode ajudar a valorizar as suas competências e talentos independentemente das suas circunstâncias.

Para as mulheres em situações vulneráveis, é aconselhável estabelecer colaboração com organizações especializadas na perspetiva do género. Estas organizações teriam experiência de trabalho com o grupo-alvo para ajudar as mulheres vulneráveis a **aumentar a autoestima, a aderir à formação profissional e ao mercado de trabalho**. Os profissionais que trabalham com o grupo-alvo podem fornecer informações benéficas para tornar a formação mais eficaz e integradora.

As mulheres imigrantes têm necessidades diferentes dos homens imigrantes ou de outras mulheres, e a sua ocupação está principalmente relacionada com o trabalho doméstico e a prestação de cuidados. A identificação dos recursos institucionais destinados a este fim e o conhecimento das necessidades específicas deste grupo facilitará o planeamento da atividade artística/cultural e o estabelecimento de prioridades.

Os formadores podem disponibilizar sessões informativas em associações locais, e os anúncios da formação podem ser afixados nos quadros de avisos. Além disso, pode ser realizado um *workshop*, e podem ser convidados profissionais que podem ajudar a alcançar os possíveis participantes.

Finalmente, os profissionais da educação no domínio da inclusão social podem acompanhar o processo de formação e ajudar nos conflitos e dificuldades socioemocionais que os grupos possam apresentar.

3.4.3 Desenvolver um Programa de Formação

Embora as atividades artísticas/culturais sejam geralmente organizadas presencialmente, um programa de formação *online* é viável para pessoas com uma alta qualificação profissional ou experiência prévia na área. Contudo, é crucial trabalhar pessoalmente no caso de lidar com grupos vulneráveis pelos consideráveis benefícios que lhes são trazidos.

SECÇÃO 3

Com base na experiência do *atelier* de cerâmica no âmbito da atividade piloto em Espanha, um programa de formação *online* só seria eficaz se os participantes tivessem uma qualificação profissional ou experiência prévia neste campo.

Considerando a natureza e qualidades do barro, é necessário um profissional para acompanhar todas as fases do processo de criação. Além disso, pode ser difícil para as pessoas, com baixos recursos económicos, ter acesso às ferramentas necessárias para fazer barro.

Um programa de formação a longo prazo seria mais benéfico porque o **desenvolvimento de uma atividade artística requer tempo, dedicação e um processo técnico específico**, especialmente para as pessoas com deficiência. A duração dependerá do tipo de atividade artística e das necessidades do grupo-alvo específico. Com base na experiência do *workshop* piloto de cerâmica em Espanha, desenvolver um programa com uma regularidade quatro vezes por mês, em sessões de duas horas (mínimo), seria o ideal para atingir o impacto social pretendido.

Além disso, seria benéfico limitar o número de participantes, por exemplo, 8 participantes de grupos mistos de pessoas, com e sem deficiência, por sessão. Este número pode ser aumentado para 10 por sessão, no caso de grupos de jovens com dificuldades sociais.

Enquanto trabalha com pessoas com deficiência, o formador deve dedicar-se, ajudar e ouvir com mais atenção pessoal aos participantes. Além disso, é essencial manter um ambiente de aprendizagem produtivo para estabelecer uma relação de confiança com os participantes e apoiar a cooperação no grupo.

Finalmente, para além dos materiais necessários para desenvolver a atividade cerâmica, recomenda-se apoiar a formação com recursos externos tais como livros de arte, música, reprodução de esculturas e visitas de grupo a museus locais.



Fotografia por Espacio Rojo

3.4.4 Como Avaliar um Programa de Formação

A Organização das Nações Unidas para a Educação (UNESCO) reconhece e promove a educação não-formal como um instrumento de empoderamento e transformação social. **O essencial da educação não-formal é a flexibilidade e adaptabilidade a diferentes contextos sociais.**

Relativamente à avaliação de um programa de formação, é essencial realizar uma avaliação contínua, idealmente concebida a partir do planeamento da atividade que contém uma variedade de métodos e recursos.

Recomenda-se a utilização de questionários ou entrevistas individuais para determinar as expectativas dos participantes, o seu conhecimento prévio da atividade e o seu estado socioemocional antes da formação.

Estes indicadores fornecem informações relevantes para planear as sessões, formar os grupos e compará-los no final da formação com os objetivos previstos.

Ao utilizar questionários, estes devem ser acessíveis à diversidade do grupo para que os participantes possam igualmente identificar os conhecimentos e a aprendizagem adquiridos.

No final de cada sessão, o formador deve criar uma folha de registo do grupo, para refletir sobre aspetos de comportamento, comunicação, participação, relacionamento com os profissionais, temas de interesse e as emoções e sensações sentidas no grupo.

Relativamente ao desenvolvimento das sessões, é fundamental avaliar se a atividade proposta se adequa aos grupos-alvo e se estes podem alcançar os objetivos. Além disso, é proveitoso avaliar os materiais utilizados, o espaço, as ferramentas, o tempo e os recursos disponíveis.

3.5 Metodologia para a Conceção e Implementação de Atividades Culturais para Pessoas com Deficiências Mentais e Físicas, Pessoas em Cuidados Psiquiátricos, Jovens Adultos com Baixo Rendimento

3.5.1 Abordagem para a Conceção de Artes e Atividades Culturais

Como orientação geral, é seguro dizer que a conceção deve ser feita pelos formadores que estão mais familiarizados com a prática e têm a competência e experiência necessárias no domínio da educação.

SECÇÃO 3

No entanto, isto é apenas parte de uma preparação adequada. É necessário ter conhecimentos e experiência profundos sobre as necessidades dos grupos-alvo vulneráveis e envolver um profissional experiente com o grupo-alvo específico.

Com base nas experiências das implementações piloto, é arriscado mas gratificante envolver os participantes na fase de conceção. Enquanto trabalhavam com um grupo de jovens com baixos rendimentos, os participantes estiveram ativamente envolvidos na conceção do *workshop* piloto de fantoches realizado na Hungria. Depois de introduzirem no grupo a prática de criar fantoches, fizeram um *brainstorming* sobre como iriam planear um *workshop* com base nas informações que tinham aprendido recentemente. Foi benéfico tanto para os formadores como para os participantes.

Por diversas razões, os restantes grupos-alvo vulneráveis que participaram nas sessões piloto na Hungria não se envolveram no processo de planeamento. Uma das razões foi que o elemento chave desta prática foi a introdução de uma nova técnica. Se os formadores partilhassem o conteúdo com os participantes na fase inicial da formação, poderia faltar-lhe o elemento surpresa, que é a chave para um envolvimento bem-sucedido. Outra preocupação era que, para as pessoas com necessidades especiais, poderia ter sido problemático identificarem-se e expressarem-se.

As reuniões prévias com os colaboradores podem ajudar os formadores a informarem-se sobre o estado de espírito e as possíveis necessidades dos participantes.

As etapas recomendadas para a conceção de artes e atividades culturais são:

- 1) Os formadores desenvolvem o primeiro esboço do *workshop*.
- 2) Um profissional que trabalha diariamente com o grupo-alvo consulta a estrutura redigida.
- 3) Os formadores reavaliam o plano e desenvolvem um esboço final. O esboço deve ser flexível para alterações posteriores, tais como saltar uma ou duas tarefas ou acrescentar uma atividade suplementar, se necessário.
- 4) No início do *workshop*, os formadores avaliam as circunstâncias (as condições do local, o número de participantes e o seu estado emocional).
- 5) De acordo com esta informação, poderá ser necessário um ajustamento ao plano.

- 6) Durante a atividade prática, os formadores devem ser capazes de responder às necessidades reais dos participantes. Por exemplo, se os participantes responderem negativamente a um jogo introduzido, então esse jogo deve ser abandonado, ou podem ser identificadas possíveis razões e utilizadas como sub-foco, se estiver dentro das possibilidades da atividade. Por exemplo, se o grupo carecer de motivação, podemos propor que nos tornemos pró-ativos juntos e nos sintamos prontos para trabalhar.
- 7) Após a prática, formadores e especialistas do grupo-alvo avaliam o processo para planejar o próximo momento de forma mais eficaz.

O ponto crucial é encontrar o equilíbrio entre liberdade e orientação, e a melhor ferramenta para isso é planejar as sessões com base nas necessidades expressas e supostas do grupo-alvo.

3.5.2 Organização de Artes e Atividades Culturais

Dos aspetos de coordenação, é indubitável que ter uma ligação prévia com uma organização que contribui para a implementação do projeto é útil e torna o processo de planeamento mais prático. É útil, especialmente quando a organização tem simultaneamente mais projetos e programas com mais parceiros. Ao cooperar com um possível parceiro, é essencial conhecer previamente o perfil da organização antes de estabelecer uma ligação, visar uma metodologia social e de colaboração das atividades, e manter uma abordagem democrática.

Há também algumas desvantagens a mencionar. Fazer contactos diretos, em vez de publicitar convites públicos à participação, pode limitar a **visibilidade do programa**. Em qualquer caso, os formadores devem ter as **informações necessárias sobre a organização colaboradora**. Pedir o **apoio de uma organização local** é essencial para fornecer informações sobre o grupo-alvo, para gerir detalhes organizacionais e práticos, por exemplo, organizar um local apropriado, e organizar as sessões em harmonia com os programas diários dos participantes. É proveitoso se a organização proporcionar assistência durante e após a (s) sessão (ões) e prestar consulta quando necessário. Além disso, envolver um especialista que conheça bem o grupo alvo pode ajudar os formadores a familiarizarem-se com o grupo específico e a realizarem sessões mais produtivas.

O pessoal de apoio é significativo para a implementação de uma atividade artística/cultural.

SECÇÃO 3



Fotografia por Nyitott Kör

Embora seja possível executar o processo sem profissionais ou especialistas que trabalhem a longo prazo, haverá várias situações durante as sessões em que o apoio é altamente necessário. Por exemplo, se houver muitos participantes no *workshop*, parece favorável a criação de **subgrupos** mais pequenos compostos por 2-4 pessoas, para atividades específicas (por exemplo, partilhar pensamentos, falar sobre sentimentos ou emoções pessoais).

É melhor ter mais facilitadores nas sessões que possam prestar atenção não só aos grupos mas também aos indivíduos. Além disso, se um participante estiver a enfrentar dificuldades durante o processo, é crucial **poder prestar o apoio necessário**

3.5.3 Desenvolver um Programa de Formação

Um resultado relevante da aprendizagem do processo de organização do programa é o 'princípio' da **qualidade sobre a quantidade**. Pode ser problemático para os indivíduos vulneráveis participar em sessões longas e intensas. Por outro lado, avançar lentamente e ter **momentos** mais **consecutivos** seria mais produtivo e apropriado para apoiar o bem-estar físico e mental dos participantes.

No planeamento do conteúdo do programa, os formadores devem prestar atenção a determinados fatores: a capacidade e necessidades do grupo, gestão do tempo, materiais disponíveis e apoio para a implementação das sessões e do local. No caso de trabalhar com fantoches de papel, há uma vantagem de **ampliar os possíveis resultados e processos** de acordo com o grupo-alvo.

Os formadores devem também ser livres de modificar o processo, flexibilizando a estrutura da sessão, consoante o grupo alvo. Por exemplo, durante a implementação piloto na Hungria, os formadores fizeram algumas alterações necessárias após cada *workshop*. Construíram assim duas sessões estruturadas ligeiramente diferentes para o mesmo grupo-alvo (dois grupos diferentes de jovens adultos com baixos rendimentos). No final do *workshop* seguinte verificaram-se algumas aparentes diferenças no envolvimento dos participantes.

Quando o *workshop* se destina a um grupo alvo específico de pessoas com necessidades especiais, o número de participantes deve ser proporcional ao número de formadores, ou seja, 3 participantes por 1 formador. De acordo com as experiências da implementação piloto, esta proporção provou ser a ideal.

No entanto, também é possível realizar as sessões com uma proporção de 4 ou 5 participantes por 1 formador. Com participantes neurotípicos, (um mínimo) de dois formadores podem trabalhar com (um máximo) de 30 participantes. Com menos participantes, os formadores podem dar mais atenção aos processos individuais.

Ao planear a duração da formação, a programação de sessões a intervalos regulares pode ser mais eficiente na exploração de outros resultados positivos. Por último, seria seguro dizer que quatro sessões com uma duração de 90 minutos seriam suficientes, com base nas experiências do *workshop* piloto de fantoches na Hungria.

3.5.4 Como Avaliar um Programa de Formação

Pode ser utilizado um questionário como atividade de *follow-up*, a qual provou ser muito útil e proveitosa para o trabalho posterior com os participantes neurotípicos. No entanto, métodos mais informais e criativos seriam benéficos quando se trabalha com pessoas com necessidades especiais.

Em alguns casos, a organização colaboradora pode ajudar a recolher o *feedback* dos participantes sobre as suas experiências. Desta forma, os participantes poderiam ser honestos e críticos sem a pressão de ter de os partilhar com os formadores. Os formadores podem também convidar os participantes a falar sobre as suas experiências durante e após a formação. Seria útil ouvir a parte da formação que mais se repercutiu nos participantes. Esta informação pode destacar as partes que funcionaram bem, e as partes que não obtiveram *feedback* podem ser reavaliadas.

A avaliação pode ter lugar logo após a formação ou algumas semanas mais tarde. A vantagem da primeira é que a experiência ainda permanece extraordinariamente fresca e vívida. Contudo, se os participantes tiverem mais possibilidades de ter tempo suficiente para experimentar os resultados da formação nas suas vidas, os dados da avaliação podem ser mais relevantes e informativos.

3.6 Metodologia para a Conceção e Implementação de Atividades Culturais para Jovens Adultos com Desvantagens Económicas e Seniores

3.6.1 Abordagem para a Conceção de Artes e Atividades Culturais

De acordo com princípios de aprendizagem experimental e ferramentas de educação não formal, as atividades artísticas e culturais para grupos vulneráveis devem ser concebidas por facilitadores ou formadores competentes e experientes.

SECÇÃO 3

Além disso, o processo de aprendizagem tem de ser enquadrado numa perspetiva de "**aprender fazendo**".



Fotografia por Utopia Education and Art

Uma abordagem participativa é essencial para uma atmosfera de formação inclusiva. O programa necessita de um fluxo flexível que permita a cada participante participar nas atividades ao seu próprio ritmo. Seria benéfico planejar algumas atividades de aquecimento, energização e *team-building*, para além da atividade cultural primária, e utilizá-las para iniciar cada sessão e sempre que necessário.

Os facilitadores/formadores devem tentar motivar os participantes a seguirem a maior parte das sessões durante o processo de formação. É essencial ser paciente e compreensivo em relação às dificuldades que os participantes podem enfrentar e apoiar a aprendizagem social e as oportunidades de comunicação no seio do grupo.

Os formadores precisam de ter uma **abordagem inclusiva** e uma postura abrangente em relação aos participantes, em vez de competências precisas e conhecimentos profundos no campo das artes e cultura que utilizarão como ferramenta nesta formação. O conceito principal para desenvolver e organizar a formação será ensinar aos indivíduos vulneráveis novos métodos e técnicas artísticas, apoiá-los no desenvolvimento das suas capacidades transversais e sociais, e contribuir para o seu bem-estar mental e físico.

Seria vantajoso para o processo de formação se os formadores tivessem experiência no trabalho com o grupo-alvo vulnerável específico. Se necessário, os formadores podem investigar os grupos vulneráveis com os quais trabalharão e solicitar o apoio das organizações ou assistentes sociais que trabalham com esses grupos.

Ao considerar a conceção de uma atividade cultural para grupos vulneráveis, as competências transversais que os formadores precisam de ter são comuns; **adaptabilidade** e **flexibilidade**. Concentrar-se na adaptação ou alteração do programa, e a atitude em relação aos participantes, ajudaria a satisfazer as exigências e necessidades dos participantes e a situação corrente da formação. Por conseguinte, a equipa que dirige a formação deve estar suficientemente bem preparada para reagir às mudanças e conflitos espontâneos que possam ocorrer durante o programa.

3.6.2 Organização de Artes e Atividades Culturais

Os formadores podem identificar o grupo-alvo considerando várias dimensões, como o aumento das necessidades na sociedade, a acessibilidade do grupo vulnerável e as possibilidades de interação com as organizações que representam os grupos vulneráveis. Para organizar uma atividade cultural, é melhor identificar primeiro o grupo-alvo e depois proceder ao contato com organizações representativas desses grupos, centros sociais, municípios ou centros comunitários e centros de voluntariado conexos.

Após encontrar uma organização parceira para a colaboração, pode ser feito um anúncio da atividade entre os membros da organização. Além disso, é sempre possível **criar um convite público**. O convite público pode ser publicado nas redes sociais (páginas web, Facebook, Instagram, Telegram e grupos WhatsApp) e compartilhado com outras organizações, centros comunitários e de voluntariado.

Os contactos anteriores também podem ajudar a identificar o grupo alvo e organizações conexas. É possível realizar a atividade com outras organizações com as quais os formadores já tenham estado em contacto ou estejam a colaborar com um propósito diferente. Um resultado positivo destes contactos anteriores seria o apoio necessário para implementar a atividade da outra organização que tem experiência de trabalho com o grupo-alvo específico.

Seria muito favorável para os formadores se estes recebessem, por parte da organização colaboradora, qualquer **apoio técnico e físico** para manusear o material de formação, ajudar a preencher a documentação, ou garantir a segurança e proteção.

Igualmente, **o apoio emocional** seria altamente benéfico quando se trabalha com grupos vulneráveis, pelo que um profissional que trabalha na organização colaboradora pode ser convidado a participar ativamente ou ocasionalmente no processo de formação. Por exemplo, ao trabalhar com idosos, a presença de um gerontologista, um psicólogo ou um assistente social seria muito favorável para os participantes, para além do pessoal da formação.

No caso de jovens adultos com desvantagens económicas, um psicólogo, um assistente social, ou um voluntário pode oferecer apoio emocional quando necessário. Este grupo-alvo específico tem membros que enfrentam muitas situações difíceis nas suas vidas pessoais devido à falta de fontes económicas suficientes. Por ser um processo empático e de autorreflexão, criar fantoches pode evocar algumas emoções frágeis e outras agradáveis para os participantes.

SECÇÃO 3



Fotografia por Utopia Education and Art

Portanto, um profissional que apoie o formador e os participantes ao longo de todo o processo contribuiria grandemente para a qualidade e serviço da formação. Este pessoal de apoio também contribuiria para ajudar a aumentar a taxa de continuidade dos participantes na formação.

Finalmente, seria benéfico ter um voluntário, um membro da organização ou um profissional para tirar fotografias, gravar vídeos e editá-los para a visibilidade do projeto porque, por vezes, pode ser complicado para os formadores gerir a formação e desenvolver audiovisuais simultaneamente.

Além disso, seria de salutar se os formadores tivessem uma reunião prévia com a organização, independentemente de terem uma colaboração anterior ou de terem acabado de se conhecer. O programa de formação deve ser verificado com a organização, se este é apropriado e realista para ser implementado com o grupo-alvo vulnerável específico.

Além disso, os formadores devem estar preparados para satisfazer as necessidades do grupo-alvo. Verificar as condições físicas, e se o local potencial da atividade é adequado para os requisitos e necessidades de formação dos participantes, evitaria vários possíveis conflitos durante a atividade de formação. Por exemplo, o local deve ser bem ventilado, ter instalações sanitárias adequadas e um espaço de trabalho confortável e espaçoso, para a realização de eventos artísticos e culturais num ambiente de trabalho de grupo.

3.6.3 Desenvolver um Programa de Formação

Seria altamente benéfico planear e desenvolver um esboço de programa para a formação futura. Contudo, poderão ocorrer dificuldades inesperadas durante a formação, pelo que o programa deve ser flexível para fazer as alterações necessárias para ultrapassar estas dificuldades. Além disso, é possível planear o programa em várias intensidades e durações.

Foi planeado um *workshop* de fantoches de papel de 2 meses, que consistia em 8 sessões de 2 horas cada, com jovens adultos com desvantagens económicas, na Turquia. No entanto, manter a continuidade dos participantes foi um desafio durante a fase de implementação da formação.

Alguns participantes informaram que tinham encontrado emprego, alguns ainda eram estudantes e tinham exames na universidade, e alguns não podiam continuar devido a problemas de saúde relacionados com a pandemia. Como resultado, a duração foi alargada para 3 meses com intervalos mais longos entre as sessões.

Igualmente outra implementação, a Utopia tinha planeado um *workshop* de duas semanas com idosos, que consistia em 8 sessões, 1 hora cada. Contudo, a organização colaboradora solicitou um *workshop* intensivo de um dia, pelo que a equipa converteu o programa para um de 8 horas, com a duração de um dia. A equipa teve de se adaptar rapidamente às novas circunstâncias e alterar o programa de acordo com as necessidades correntes.

Após a pandemia do Covid 19, foi generalizado modificar qualquer evento artístico, cultural, social, educacional, ou profissional para um evento virtual. No entanto, no caso de adultos vulneráveis, os resultados sociais e emocionais positivos de uma atividade presencial não puderam ser substituídos por um programa *online*.

Uma experiência da vida real contribuiria para a autoestima, autoconsciencialização e competências sociais dos participantes, oferecendo ao mesmo tempo uma experiência de aprendizagem experiencial para estimular a criatividade. Criar um espaço para os participantes se expressarem e conhecerem uns aos outros, ajuda-os a aprender a cooperar e a aumentar a empatia pelos outros.

Além disso, para manter um ambiente de formação produtivo e inclusivo, é importante limitar o número de participantes, por exemplo, 10-15 pessoas. Para um grupo desta dimensão, é melhor ter pelo menos dois formadores a liderar as sessões. As atividades artísticas requerem muita atenção individual e um trabalho detalhado que requer tempo. Se mais colaboradores participarem na formação, os participantes terão uma experiência positiva e frutuosa.

É também essencial encorajar os participantes a ajudarem-se mutuamente para impulsionar a interação social. Para ajudar os participantes a sentirem-se prontos para a formação, os formadores podem iniciar as sessões com energizadores, quebra-gelos, ou qualquer jogo adequado para o grupo-alvo. Enfatizar as necessidades, concentrar-se no processo, e manter as expectativas baixas dos resultados são também muito importantes.

SECÇÃO 3

Os materiais não têm de ser idênticos para cada atividade de formação. Além disso, contribuiria para **melhorar a diversidade e a produtividade** da formação se os participantes contribuíssem com os seus materiais reciclados para individualizar as suas obras de arte. Os participantes irão criar um trabalho único e individualizado, e os resultados serão diferentes uns dos outros. As atividades criativas têm possibilidades ilimitadas e são excelentes oportunidades para experimentar novas ideias, **desenvolver a autoestima** e exercitar **competências** práticas de **tomada de decisão**.

3.6.4 Como Avaliar um Programa de Formação



Fotografia por Utopia Education and Art

Tanto os **questionários** como as **entrevistas** podem ser utilizados no final das atividades para avaliar o programa de formação. Além disso, para monitorizar o processo, podem ser feitas **avaliações individuais ou em grupo** após cada sessão, e os participantes podem partilhar as suas ideias e *feedback* com os formadores.

Permitir que os participantes se expressem adequadamente também seria muito saudável para melhorar a qualidade da formação. Estar em conexão com os participantes e pedir um *feedback* constante ajudaria a ajustar as sessões de acordo com as suas necessidades.

Técnicas de avaliação padrão como o preenchimento de longos formulários podem ser complicadas para muitos grupos vulneráveis, por isso a equipa deve procurar soluções criativas. Formulários digitais curtos e estimulantes, que são fáceis de preencher, entrevistas em vídeo, quizzes ou outro *feedback* criativo, e técnicas de análise, tais como a análise ativa, votação sociocrática, ferramentas *web* e aplicações como o Kahoot, seriam divertidos e práticos.

Durante o projeto piloto na Turquia, os participantes e facilitadores viveram momentos valiosos e partilharam uma atmosfera alegre, calorosa e amigável. Criar e individualizar os fantoches de papel e tentar criá-los afetou positivamente a autoexpressão dos participantes e melhorou os seus **estados mentais e emocionais**.

Mesmo que alguns participantes (de ambos os grupos-alvo) demonstrem falta de interesse e de motivação no início dos *workshops*, eles comprometem-se plenamente com a formação. Eles gostaram profundamente de conceber os seus fantoches e mergulharam no seu processo criativo, e este é de facto um resultado precioso e concreto.

Um participante no projeto piloto (65) declarou que esta atividade lhe recordava **a sua infância, e o seu sentimento de paz e felicidade**. Outro participante (22) comentou que o *workshop* a ajudou a **sentir-se mais assertiva e confortável**. De facto, os resultados da avaliação demonstraram que a arte é uma ferramenta poderosa com um amplo impacto, e é possível utilizá-la na aprendizagem ao longo da vida para qualquer pessoa.



Fotografia por Utopia Education and Art

SECÇÃO 4

**Como Proporcionar Formação aos
Membros de Grupos Vulneráveis que
Desejam Tornar-se Formadores**

SECCÃO 4

Como Proporcionar Formação aos Membros de Grupos Vulneráveis que Desejam Tornar-se Formadores

A organização de atividades artísticas e culturais pode servir como uma oportunidade para conhecer indivíduos de grupos vulneráveis **com entusiasmo pela aprendizagem ao longo da vida**, o que é essencial para se tornar um formador. Após a conclusão da atividade, os participantes poderão estar prontos a participar num *workshop* para se tornarem eles próprios formadores, se estiverem interessados em assumir responsabilidades e aceitar novos desafios.

Como mencionado anteriormente, uma atividade presencial, com resultados sociais e emocionais positivos, seria mais frutuosa do que um programa *online*. No entanto, a formação pode ser apoiada com **sessões de follow-up online**, nas quais os participantes podem trocar as suas experiências e colocar questões. Além disso, o facto de alguns dos grupos-alvo vulneráveis específicos poderem estar a enfrentar dificuldades económicas ou falta de material/equipamento técnico (computador e Internet) pode não permitir que as sessões se realizem *online*.

Como exemplo, no caso de pessoas invisuais e deficientes visuais, os programas de formação centrados na utilização de objetos para fins educativos e terapêuticos podem ser particularmente complicados. Como explicado acima, a arte fantoche está muito relacionada com a expressão visual; contudo, durante uma formação presencial, os indivíduos com deficiências visuais podem dominar a arte de criar e animar fantoches o suficiente para transmitir estes conhecimentos e competências a outros. Não obstante esta situação, estes ainda precisarão do apoio de pessoas visuais, que observem os fantoches em movimento e lhes expliquem o que se passa no palco enquanto animam os fantoches; o que o público vê e o que não é significativo, não apropriado num sentido artístico e técnico. O que importa é a sua experiência pessoal na experimentação dos fantoches, a sua compreensão das principais regras de criação e animação dos mesmos.

A duração do programa de formação, e das sessões específicas, deve ser determinada com base na complexidade técnica do instrumento, ou metodologia cultural selecionada, e no nível das competências de facilitação necessárias que os formandos devem adquirir. Não será necessária uma formação extensiva se os participantes já tiverem frequentado uma formação artística e cultural e, portanto, tiverem conhecimentos básicos sobre a estrutura e o conteúdo.

SECÇÃO 4

No entanto, se os participantes acabam de começar a aprender sobre um campo específico, **devem primeiro experienciar a metodologia eles próprios**. O principal objetivo é permitir-lhes explorar os efeitos da atividade, o que os ajudará a tornar-se mais tarde formadores e facilitadores mais autênticos e autossuficientes.

O programa de formação de formadores pode centrar-se nas novas competências e técnicas durante um período consecutivo, seguido de uma breve **apresentação e análise da toolbox e do manual do projeto**. É crucial mencionar a importância da dinâmica de grupo e dar tempo para reflexão e avaliação. Também, **exemplos e especificidades de grupos vulneráveis** podem ser discutidos com os participantes. No caso da implementação de um programa desta natureza, um dia completo com um *workshop* intensivo poderá ser suficiente

No entanto, para aprofundar a técnica e passar por algumas competências sociais e técnicas, a duração do programa de formação poderá ter de ser a longo prazo, por exemplo, um dia por semana com uma duração de duas horas, durante um ano.

A formação visa ajudar os participantes a desenvolver competências transversais, tais como a **comunicação**, a **empatia** e a **escuta ativa**, bem como a sua capacidade de **criar ambientes inclusivos** e ter sucesso na **gestão de grupos e conflitos**. A disponibilidade e vontade dos participantes também devem ser consideradas para o planeamento e conteúdo do programa. É crucial explorar as possíveis limitações dos participantes e ser flexível na resposta às suas necessidades. Deve também salientar-se que quanto mais os participantes receberem formação, o impacto da formação será mais substancial e integrante.

Os futuros formadores e facilitadores devem trabalhar sobre si próprios para alcançar uma **abordagem aberta e flexível** que ajude os participantes a envolverem-se plenamente no processo de formação. Devem procurar contribuir para a comunicação, organização, adaptabilidade e capacidade de pensamento criativo dos participantes. Além de apresentar aos participantes uma nova técnica, partilhar muitos **energizadores, quebra-gelos e jogos de team-building** seria uma ferramenta útil para eles utilizarem no futuro. Independentemente de os formadores candidatos se conhecerem antecipadamente, seria útil dedicar algum tempo a atividades de *team-building* para **reforçar a coesão e o sentimento de pertença do grupo**.

Neste sentido, tentar limitar o número de participantes ao mínimo possível para que todos tenham a oportunidade de receber o tempo e o apoio necessários para crescerem e se capacitarem a um bom ritmo. De preferência, **incluir como mentor/formador alguém da mesma origem vulnerável para servir como um reforço positivo constante para os formandos**. Não esquecer também de ajustar o conteúdo e formato do material de formação ao nível e ritmo de aprendizagem.

Algumas atividades artísticas e culturais específicas podem exigir uma utilização metódica e uma explicação detalhada, para o uso adequado de materiais e ferramentas para obter melhores resultados, tais como no fabrico de cerâmicas. Por exemplo, ao trabalhar com um grupo de pessoas com deficiência intelectual pode ser muito problemático estabelecer um programa de formação para formadores. Contudo, com a ajuda e acompanhamento de pessoal técnico, e um programa de formação adaptado às necessidades do grupo, as pessoas com deficiência intelectual podem tornar-se autênticos líderes, difundindo a sua motivação artística e as suas competências.

Além disso, o **custo da técnica** deve ser considerado antecipadamente, e as fontes financeiras poderiam ser apoiadas através da candidatura a fundos sociais. Por exemplo, a criação de um *atelier* para fabrico cerâmica ou a criação de uma estação de rádio poderia ser exigente devido ao custo económico que requer.

Além disso, o recurso à orientação profissional e ao contacto pessoal com outras pessoas, que é proporcionado pela presença de profissionais, é essencial para a sua vida e inclusão na sociedade. Durante todo o procedimento, a presença de um **psicólogo** ou de um **assistente social** é necessária para salvaguardar os termos de participação dos formandos. Mais uma vez invisuais e deficientes visuais assistidos por pessoas que não são invisuais será benéfico durante a formação. Além disso, quando se trabalha com deficiências intelectuais, apoiá-los com assistentes com competências cognitivas saudáveis seria benéfico e ajudá-los-ia na interação social durante a formação.

Os materiais de formação podem continuar a ser os mesmos da formação piloto, mas com ênfase numa exploração mais detalhada e criativa dos mesmos, se muitos participantes já tiverem conhecimentos básicos, tendo frequentado anteriormente a formação piloto. Materiais diferentes podem despertar a criatividade dos participantes, e a variedade permitiria novas experiências. Seria prático **partilhar as experiências** tanto dos formadores como dos participantes sobre a formação piloto e partilhar resultados tais como vídeos e resultados de avaliação. É também recomendado acrescentar novos recursos externos ao programa, tais como artistas convidados, excursões, exposições, ou escolas de artes e ofícios.

SECÇÃO 4

Durante a formação, os participantes podem tentar agilizar sessões curtas do programa, como ensaio. Os outros participantes e formadores podem partilhar o seu **feedback sensível** e **apoiarem-se mutuamente** para aumentarem a sua autoestima. Desta forma, os participantes podem experimentar as suas novas competências e ganhar experiência liderando este tipo de formação. De preferência, quando um participante pode organizar um programa sozinho, um formador experiente pode auxiliar ou assistir à formação como observador. Assim, podem receber reflexões objetivas sobre o programa e melhorar as suas capacidades de formação.

A monitorização e a avaliação devem estar sempre presentes em tais eventos transformadores. No início da formação, deve haver uma avaliação constante do processo de formação para evitar desistências ou fraca assiduidade. Finalmente, as competências adquiridas devem ser avaliadas no final do processo de formação.



Fotografia por Teatr Grodzki

CONCLUSÃO

Os programas de **aprendizagem ao longo da vida** ajudam os adultos a desenvolver e atualizar as suas competências e a melhorar a adaptabilidade à sociedade. A vida profissional e social exige cada vez mais adaptabilidade, pensamento crítico, resolução de problemas, curiosidade e criatividade, que são competências cognitivas e sócio comportamentais.² Adicionalmente, cada indivíduo tem direito a **uma educação de qualidade e a oportunidades de aprendizagem ao longo da vida**. Milhões de pessoas em todo o mundo são excluídas da educação por razões tais como género, orientação sexual, origem étnica ou social, língua, religião, nacionalidade, condição ou capacidade económica.³⁴

Quando se trata de educação de adultos, é essencial identificar todas as barreiras à educação e removê-las e proporcionar uma **"educação inclusiva"** a todos os aprendentes, independentemente dos desafios que estes possam ter. Devem poder participar em programas que sejam benéficos, eficazes e práticos para as suas vidas. O sucesso da educação inclusiva é principalmente através da aceitação, compreensão e adaptação das diferenças e diversidade dos aprendentes, incluindo os seus aspetos físicos, cognitivos, académicos, sociais e emocionais.

A Agenda para o Desenvolvimento Sustentável da UNESCO para 2030, contendo o princípio **"não deixar ninguém para trás"**, prevê sociedades pacíficas, justas e inclusivas onde todos os seres humanos possam realizar o seu potencial com dignidade e igualdade. Este ato contra a desigualdade visa erradicar a pobreza, preservar o planeta e alcançar um crescimento económico sustentado. **Uma sociedade inclusiva** baseia-se nos valores fundamentais da **equidade, igualdade, justiça social, direitos humanos e liberdades, tolerância, e abraçando a diversidade**.³² Uma sociedade socialmente coesa apoiaria a diversidade, e todos os grupos teriam um sentido de pertença, participação, inclusão e reconhecimento. **A coesão social assegura que os grupos vulneráveis assumam papéis ativos na sociedade.**

³² World Bank World Development Report 2019: The Changing Nature of Work, p. 72-82, available at: <http://documents.worldbank.org/curated/en/816281518818814423/pdf/2019-WDR-Report.pdf> /10.08.2022.

³³ <https://www.unesco.org/en/education/right-education> /16.09.2022.

³⁴ <https://www.unesco.org/en/education/inclusion> /11.09.2022.

³⁵ <https://en.unesco.org/culture-development/transversal-approaches/social-inclusion> /14.09.2022

A **contribuição da arte e da cultura para todos os aspetos da vida social, incluindo a economia e o emprego**, está em contínuo crescimento. A cultura tem um impacto no mercado de trabalho, mantendo a sua natureza subjacente relacionada com a criatividade, identidade e autoexpressão. Tais características oferecem a possibilidade de combinar competências de empregabilidade com autoexpressão autêntica, bem-estar e, como resultado, o sentimento de inclusão social.

Como discutido em muitos estudos, igualmente mencionados neste manual, as artes e atividades culturais ajudam as pessoas a conhecerem-se melhor, a definir sentimentos e necessidades, a construir autoconfiança e a aumentar a motivação. Estas atividades também contribuem para desenvolver novas ou melhorar **competências transversais**, mantendo uma melhor **resiliência** nas experiências de vida, e, ajudando a **superar traumas passados, reduzindo o stress e a depressão**. Podem ser observadas mudanças extraordinárias entre os grupos vulneráveis enquanto participam nestas atividades, tais como a **aproximação das pessoas**; a promoção de uma **atmosfera inclusiva e criativa** onde todos os valores e princípios são respeitados.

A conceção e realização de atividades artísticas e culturais requer que muitas variáveis sejam levadas em conta, tais como: planeamento da atividade, incorporação das necessidades e interesses do grupo-alvo, ajuste da duração e formato da atividade, avaliação do valor acrescentado de uma abordagem participativa no desenvolvimento da atividade. Neste manual, o Consórcio Step Up tentou descrever como tais atividades são efetivamente organizadas, para abordar grupos vulneráveis específicos, e também partilhou destaques essenciais dos projetos-piloto em cada país parceiro. Os grupos vulneráveis que foram mencionados no manual foram:

- Sem-Abrigo
- Pessoas com Deficiência Visual
- Beneficiários do Rendimento Social de Inserção
- Mulheres com e sem Deficiência
- Pessoas com Deficiências Mentais e Físicas
- Pessoas em Cuidados Psiquiátricos
- Jovens Adultos com Desvantagens Económicas
- Seniores



Em cada fase de desenvolvimento e implementação dos projetos-piloto, os organizadores avaliaram pormenorizadamente as necessidades e características dos grupos vulneráveis acima mencionados. Independentemente do tipo de atividade realizada durante a formação, os resultados da avaliação demonstraram que a expressão artística é um instrumento poderoso com um amplo impacto na **melhoria do bem-estar** e das **competências transversais** dos indivíduos.

Autoconfiança, autoexpressão, trabalho de equipa e a oportunidade de partilhar emoções e histórias pessoais estiveram entre os ganhos da formação, de acordo com os participantes da atividade piloto Step Up em todos os seis países.³⁶

Convidar os membros de grupos vulneráveis a tornarem-se formadores para atividades artísticas e culturais serviria para a sustentabilidade deste projeto. A este respeito, os organizadores devem encorajar os beneficiários dos projetos-piloto que estejam interessados em atividades baseadas nas artes a liderar atividades semelhantes de educação não formal.

Através de atividades de capacitação, os beneficiários que em tempos foram participantes tornam-se formadores profissionais, adquirindo qualificações profissionais e contribuindo significativamente para o **desenvolvimento do capital humano**. Depois de se ter questionado sobre as necessidades, dificuldades e expectativas das pessoas interessadas, pôde ser criado um grupo de formação de formadores.

Como se afirma na agenda de inclusão social da UNESCO, as atividades artísticas e culturais podem ser instrumentos muito eficazes para expressar emoção, comunicar, criar amizades e unir comunidades em torno de uma visão comum de paz.⁴

Centrando-se no papel das artes na inclusão de grupos vulneráveis, as artes e atividades culturais têm dimensões **terapêuticas e restaurativas para grupos vulneráveis**, uma vez que **promovem a inclusão social, apoiando a conexão social** e o **bem-estar** em vez da solidão e angústia. Do mesmo modo, a expressão artística é fundamental para promover a inclusão social e a estabilidade, contribuindo para uma sociedade mais pacífica e ajudando a prevenir tensões e conflitos.

³⁶ For more and detailed information please see the "Step Up Project Toolbox" which is available at https://stepupart.eu/images/step_up_toolbox.pdf.

³⁷ <https://en.unesco.org/culture-development/transversal-approaches/social-inclusion/13.09.2022>

³⁸ Botton A., Armstrong J. Art as Therapy, Phaidon Press, P:64-65 Oct 14, 2013



Para mais informações sobre o Projeto Step Up visite o nosso website ou as plataformas das redes sociais:

 stepupart.eu

 facebook.com/stepupproject

 instagram.com/stepup.art

 linkedin.com/in/step-up-network-400868209

 twitter.com/StepUp56919723

 youtube.com/channel/UCSb0KuFaMhEzT-dMdk7GZxg



Para mais informações sobre o Consórcio pode visitar o website dos parceiros e as plataformas de comunicação social abaixo:

CENTRO SOCIAL DE SOUTELO

 centrosocialsoutelo.org

 facebook.com/centrosocialdesoutelo

 instagram.com/centrosocialdesoutelo



EQUAL SOCIETY

-  equalsociety.gr
-  facebook.com/equalsocietyngo
-  instagram.com/equalsociety
-  twitter.com/EqualSociety1
-  youtube.com/user/equalsociety

ESPACIO ROJO

-  espaciorojo.com
-  facebook.com/asociacionespaciorojo
-  instagram.com/espacio_rojo
-  linkedin.com/company/asociaci-n-espacio-rojo

NYITOTT KOR

-  nyitottkor.hu
-  facebook.com/nyitottkor
-  linkedin.com/company/nyitott-kor

TEATR GRODZKI

-  teatrgrodzki.pl
-  facebook.com/TeatrGrodzki

UTOPIA EDUCATION AND ART

-  utopiaeduart.org
-  facebook.com/utopiaeduart
-  instagram.com/utopiaeduart



