

## COLABORAÇÃO

### Atividade 1 - Trabalhar em conjunto

Atividades para promover as competências pessoais, sociais e de aprendizagem dos adultos

Descrição das ações incluídas no presente manual.

Título/nome	Trabalhar em conjunto
<b>Competência</b> LifeComp abordada	<input type="checkbox"/> Autorregulação <input type="checkbox"/> Flexibilidade <input type="checkbox"/> Bem-estar <input type="checkbox"/> Empatia <input type="checkbox"/> Comunicação x Colaboração <input type="checkbox"/> Mentalidade de crescimento <input type="checkbox"/> Pensamento crítico <input type="checkbox"/> Gestão da aprendizagem
<b>Duração</b> <sup>1</sup>	2-3 horas para a atividade completa. Esta atividade também pode ser realizada de forma contínua, através de reuniões regulares, semanais ou sempre que necessário, para acompanhar a evolução do projeto.
<b>Tipo de atividade</b>	Colaboração em grupo
<b>Breve descrição</b>	É sugerido que esta atividade seja realizada em grupo e requer escuta, flexibilidade e compromisso. A verdadeira colaboração significa estar aberto a sugestões, críticas e ideias de todos os membros da equipa.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Alcançar um projeto/objetivo comum</li> <li>● Permitir que cada pessoa se sinta integrada no projeto/atividade/comunidade</li> <li>● Construir relacionamentos</li> <li>● Promover relações de aprendizagem mútua entre pessoas diferentes</li> </ul>
<b>Contexto</b> <sup>2</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 facilitador</li> <li>● 1 sala com cadeiras dispostas em círculo</li> <li>● Convite para diversas pessoas, indicando a data e o local</li> </ul>

<sup>1</sup> Pode ser contínuo.

<sup>2</sup> Materiais e recursos necessários para a sua implementação, incluindo recursos financeiros, humanos e espaços. Caso seja necessária uma ficha de trabalho, utilize o seguinte documento para a preparar.

<p><b>Dicas para facilitadores<sup>3</sup></b></p>	<p>Esta atividade pode ser realizada num único momento, para conceber um projeto, ou pode ser realizada continuamente, em sessões regulares, enquanto o projeto está a ser implementado. Se adotar o último formato, pode incluir os passos 4 e 5.</p> <p>Espera-se que os projetos concebidos sejam simples e fáceis de pôr em prática e que os resultados sejam visíveis o mais rápido possível; têm de ser adaptados ao contexto e às necessidades dos/das participantes.</p> <p>Conceber uma estratégia de comunicação permanente entre todos os participantes no projeto de colaboração, com base em:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• escuta ativa</li> <li>• desenvolver uma cultura de respeito e empatia</li> <li>• incentivar o feedback construtivo</li> <li>• promover a confiança entre os membros da equipa</li> </ul>
<p><b>Passo a passo</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. O/a facilitador/a apresenta a definição de colaboração e a sua importância (ver Ficha de trabalho para o/a facilitador/a para mais informações)</li> <li>2. O/a facilitador/a convida o grupo a criar um projeto de colaboração que será dividido em diferentes etapas: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificação de um tema e de um projeto: o/a facilitador/a pede aos participantes que façam um brainstorming das suas ideias para definir um projeto.</li> <li>• Definição de papéis e expectativas: o grupo define o papel e as responsabilidades de cada participante no projeto.</li> <li>• Desenvolvimento de um plano de trabalho nos grupos de trabalho: os/as participantes são convidados a criar um plano de trabalho completo que descreva todas as tarefas a realizar, prazos, calendário, recursos, potenciais parceiros e orçamento.</li> <li>• Estabelecimento de um sistema para acompanhar e monitorizar os progressos: os/as participantes são convidados a definir um sistema para acompanhar os progressos, resolver problemas, dar feedback, cumprir prazos.</li> </ul> </li> <li>3. O/a facilitador/a pergunta ao grupo se estão satisfeitos com o projeto criado e faz as seguintes perguntas: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Considera que a atribuição de responsabilidades é igual e justa? O que é que mudaria?</li> <li>• Considera que os pontos de vista de todos/as foram ouvidos e estão refletidos no plano?</li> <li>• Como é que a colaboração será importante para implementar com sucesso este projeto?</li> <li>• O que acha que pode acontecer se surgir um conflito grave?</li> </ul> <p>Os passos seguintes só são aplicáveis se a atividade for realizada em várias sessões, incluindo a implementação do projeto:</p> </li> <li>4. O/a facilitador/a convida os/as participantes a implementarem o projeto e a monitorizarem regularmente o progresso do projeto, ajustando-o conforme necessário, com base no plano desenvolvido.</li> <li>5. O/a facilitador/a pede a todos/as os/as participantes envolvidos que avaliem o sucesso da colaboração.</li> </ol>
<p><b>Reflexão</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Como é que se sente ao criar um plano em conjunto?</li> <li>• Quais foram as dificuldades que mais sentiram?</li> </ul>
<p><b>Referências</b></p>	<p>Em cada província federal austríaca, existe uma instituição no Ring Österreichischer Bildungswerke como organização, que está ligada</p>

<sup>3</sup> O que uma pessoa precisa de saber para implementar a atividade.



	em rede e pode servir como primeiro ponto de contacto. <a href="https://ring.bildungswerke.at/mitglieder/">https://ring.bildungswerke.at/mitglieder/</a>
--	---

Ficha de trabalho para o/a Facilitador/a

Atividade „Trabalhar em conjunto“

- **Definição:**

"Envolvimento em atividades de grupo e trabalho de equipa, reconhecendo e respeitando" (LifeComp).

- **De acordo com este conceito:**

- 1- Os cidadãos precisam desenvolver a sua capacidade de co-participação em atividades coletivas e de encorajar os outros a colaborar, reunindo os seus conhecimentos, competências e recursos, de modo a atingir um objetivo comum
- 2- É necessário construir uma interação respeitosa com pessoas que se considera terem afiliações culturais, crenças, opiniões ou práticas diferentes das nossas, permitindo-nos construir relações positivas e construtivas e uma colaboração efetiva
- 3- Destaca também a importância da vontade de contribuir ativamente para o bem comum, os interesses, os objetivos e as facilidades, materiais, culturais ou institucionais, que um grupo partilha
- 4- É necessário compreender a importância da confiança, do respeito pela dignidade humana e pela igualdade, da gestão de conflitos e da negociação de desacordos para construir e manter relações justas e respeitadoras
- 5- É necessário garantir a partilha equitativa de tarefas, recursos e responsabilidades em um grupo, tendo em conta o seu objetivo específico; provocando a expressão de diferentes pontos de vista e adoção de uma abordagem sistémica
- 6- As tecnologias digitais oferecem formas inovadoras de colaboração, como os ambientes de colaboração online

- **Porque é que é importante?**

- A colaboração ajuda as pessoas a aprenderem umas com as outras
- Ajuda-nos a resolver os problemas
- A colaboração aproxima as pessoas (e as organizações)
- Abre novos canais de comunicação e pode ajudar a construir relações de afeto
- Pode combater estados psicológicos negativos como a depressão, a ansiedade ou a raiva reprimida, o medo do fracasso, a falta de esperança e a falta de sentido

Quando pode ser utilizado na vida quotidiana? Exemplos:

- Desenvolver em conjunto um projeto inovador
- Reforçar a consciência de assumir a responsabilidade pessoal e a responsabilidade conjunta pelo desenvolvimento futuro da comunidade.

O intercâmbio intergeracional inclui compromissos e interações sociais, reunindo gerações mais jovens e mais velhas com um objetivo comum:

- construir comunidades ativas e mais seguras;
- reduzir as desigualdades;
- reduzir o isolamento social e a solidão;
- potencial para desenvolver a criatividade;
- construir relações nas comunidades;
- melhorar a saúde mental e o bem-estar;
- contribuir para melhorar os desafios climáticos;
- aumentar a conectividade digital.

