



2019 PLANO ATIVIDADES

Psicologia

ÍNDICE

INTRODUÇÃO.....	-3-
1. ACONSELHAMENTO PSICOLÓGICO.....	-3-
1.1. PLANO ANUAL DE ATIVIDADES DE ACONSELHAMENTO PSICOLÓGICO.....	-4-
1.2. CRONOGRAMA DAS ATIVIDADES	-4-
2. GESTÃO EMOCIONAL DE COLABORADORES E PROMOÇÃO DESENVOLVIMENTO PESSOAL E SOCIAL.....	-5-
2.1. PLANO ANUAL DE ATIVIDADES DE GESTÃO EMOCIONAL DOS COLABORADORES E PROMOÇÃO DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL E SOCIAL.....	-5-
2.2. CRONOGRAMA DAS ATIVIDADES	-6-
3. ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO ÀS CRIANÇAS E JOVENS INTEGRADOS EM ACOLHIMENTO RESIDENCIAL.....	-7-
3.1. PLANO ANUAL DE ATIVIDADES DE ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO ÀS CRIANÇAS E JOVENS INTEGRADOS EM ACOLHIMENTO RESIDENCIAL	-7-
3.2. CRONOGRAMA DAS ATIVIDADES	-8-
4. DIVULGAÇÃO	-8-
5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	-8-

Introdução

O plano de atividades do Gabinete de Psicologia faz parte integrante do Plano de atividades da Fundação COI, desenvolvendo atividades transversais à organização no âmbito da Psicologia, nomeadamente Gabinete de Aconselhamento Psicológico, Gestão Emocional e Acompanhamento Psicológico de crianças e jovens em acolhimento residencial.

O presente documento visa definir um conjunto de ações que irão ser desenvolvidas, no período de 1 de janeiro a 31 de dezembro de 2019.

Sendo a Fundação COI uma Instituição Particular de Solidariedade Social enquadrada no sector da Economia Social, onde as atividades se centram nas pessoas e na utilidade social, consideramos pertinente que durante os próximos 3 anos a temática central seja “A Filantropia na Economia Social”.

Deste modo, o tema que vai ser trabalhado no plano de atividades de 2019 consiste em “Filantropia e a cultura mundial”.

1. Aconselhamento Psicológico

O Gabinete de Aconselhamento Psicológico disponibiliza um serviço semanal de psicologia clínica, de carácter gratuito e aberto à comunidade, com prioridade para crianças e jovens carenciados, que o procurem espontaneamente ou que sejam, sinalizados por entidades da Rede Social.

O âmbito de intervenção do gabinete centra-se na necessidade de intervenção junto de crianças e jovens em situações de crise como divórcio dos pais, catástrofes, luto, separação entre outros, situações que influenciem o bom funcionamento psicológico e comportamental.

Deste modo, o Gabinete de Aconselhamento Psicológico tem como objetivo geral, a melhoria do bem-estar psicológico do adolescente ou criança.

Os objetivos específicos do aconselhamento psicológico são:

- Reconhecer os problemas e dar-lhes visibilidade, como forma de refletir sobre os mesmos e encontrar soluções;
- Detetar dificuldade de relação com os pares, progenitores e professores;
- Detetar problemas comunicacionais;
- Apoiar o adolescente e/ou criança a desenvolver estratégias que permitam superar dificuldades;

1.1. Plano Anual de Atividades do Aconselhamento Psicológico

Aconselhamento Psicológico
Descrição: Promover um espaço de psicologia clínica onde as crianças e jovens possam expor os seus problemas, inquietações, conflitos e dificuldades sentidas no desenvolvimento das suas funções
Objetivos: Informar as entidades da Rede Social sobre a disponibilização do serviço de consultas de psicologia gratuitas a crianças e jovens da freguesia de Pinhal Novo.
Estratégia: Divulgar o serviço de aconselhamento psicológico nas reuniões da rede social, tais como NLIP, Comissão Social de Freguesia e outros meios como a rádio.
Recursos Humanos: psicólogos.
Recursos Materiais: Gabinete de psicologia do Gabinete de Apoio à Comunidade, folhas de papel, canetas, lápis de cor e lápis de cera e material pedagógico.
Resultados Esperados: Aumento do número de pedidos de aconselhamento psicológico.
Indicadores de Avaliação: 60% dos clientes que avalia positivamente o aconselhamento psicológico; Resposta ao pedido em tempo inferior ou igual a 2 dias

Divulgação do serviço de aconselhamento psicológico
Descrição: Desenvolver ações de divulgação do gabinete de Aconselhamento Psicológico como forma de garantir que o este seja de fácil acesso à comunidade.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Reconhecer os problemas e dar-lhes visibilidade, como forma de refletir sobre os mesmos e encontrar soluções; - Melhorar a relação com os pares, progenitores e professores; - Promover competências comunicacionais; - Apoiar o adolescente e/ou criança a desenvolver estratégias que permitam superar dificuldades; - Melhorar o comportamento que está na base do problema; - Promover o desenvolvimento de competências pessoais e sociais; - Aumentar a autoestima e o autoconceito.
Estratégia: De acordo com os pedidos de aconselhamento psicológico promover consultas de psicologia que promovam o bem-estar psicológico
Recursos Humanos: psicólogos
Recursos Materiais: computador e ficha de sinalização
Resultados Esperados: Resolução dos problemas apresentados pelos colaboradores após atendimento/aconselhamento psicológico
Indicadores de Avaliação: 2 ações anuais

1.2. Cronograma das Atividades

Atividades	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Aconselhamento Psicológico												
Divulgação do serviço de aconselhamento psicológico												

2. Gestão Emocional de Colaboradores e Promoção Desenvolvimento Pessoal E Social

A Gestão Emocional é uma área que tem vindo a ser estudada como forma de prevenir situações de conflito e stress pessoal ou no local de trabalho, sendo fundamental para o bem-estar e a produtividade dos colaboradores dentro da organização.

Para uma gestão emocional eficaz é importante conhecer as nossas próprias emoções e gerir as relações com os outros. Sempre que interagimos com alguém estamos a experimentar e a expressar emoções. Estamos, simultaneamente, a estudar, a investigar e a interpretar o outro e a sua expressão emocional. O outro faz o mesmo.

Deste modo, a interação social, laboral, familiar e outras é claramente influenciada pela expressão emocional uma vez que esta proporciona estímulos às outras pessoas que respondem, observando, julgando, classificando e algumas vezes dando expressão de resposta. Nós respondemos não só às expressões mas, também, aquilo que julgamos ser o significado por trás da expressão. A forma como nos expressamos emocionalmente e a forma como identificamos as mesmas expressões nos outros irá influenciar o tipo de relação interpessoal que mantemos (Strongman, 1998).

Estas aptidões são passíveis de serem trabalhadas e aperfeiçoadas como forma de aumentar a adaptação aos outros e às mudanças, sendo esse o objetivo da equipa de gestão emocional.

A Fundação COI tem um conjunto de atividades previstas no âmbito do Plano de Atividades anual que visam reforçar o sentimento de identidade institucional junto dos colaboradores, clientes e comunidade. Este sentimento de identidade e de pertença potencia um ambiente de trabalho positivo que conduz à emoção/sentimento de bem-estar. Este sentimento promove a diminuição de stress e aumenta os sentimentos positivos que se relacionam com a qualidade de vida no trabalho.

2.1. Plano Anual de Atividades de Gestão Emocional dos Colaboradores e Promoção de Desenvolvimento Pessoal e Social

Avaliação Psicológica dos colaboradores
Descrição: Aplicar testes psicológicos como forma de avaliar a motivação, satisfação.
Objetivos: Despistar e avaliar a motivação e satisfação na atividade profissional.
Estratégia: Aplicação de testes como forma de fazer um diagnóstico inicial da motivação e satisfação dos colaboradores.
Recursos Humanos: Equipa de Gestão Emocional e Colaboradores da Fundação.
Recursos Materiais: Gabinete da CliniCOI, testes psicotécnicos, computador, impressora, canetas.
Resultados Esperados: Aplicação dos testes a todos os colaboradores.
Indicadores de Avaliação: 80% dos colaboradores são avaliados anualmente ao nível psicológico.

Atendimento/Aconselhamento Psicológico na CliniCOI

Descrição: Promover um espaço de psicologia clínica onde os colaboradores possam expor os seus problemas, inquietações, conflitos e dificuldades sentidas no desenvolvimento das suas funções.

Objetivos: Promover a resiliência dos colaboradores na resolução de problemas decorrentes da sua atividade laboral.

Estratégia: Implementação de um espaço de psicologia clínica aplicada à atividade profissional.

Recursos Humanos: Equipa de Gestão Emocional e Colaboradores da Fundação.

Recursos Materiais: Gabinete da CliniCOI, computador, impressora, canetas.

Resultados Esperados: Resolução dos problemas apresentados pelos colaboradores após atendimento/aconselhamento psicológico.

Indicadores de Avaliação: 80% dos pedidos solicitados pelos colaboradores têm resposta pela equipa da gestão emocional.

2.2. Cronograma das Atividades

Atividades	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Avaliação Psicológica Colaboradores												
Atendimento/Aconselhamento Psicológico na CliniCOI												

3. Acompanhamento Psicológico às Crianças e Jovens Integrados em Acolhimento Residencial

O acompanhamento psicológico em estrutura residencial de acolhimento visa proporcionar às crianças e adolescentes institucionalizados a reflexão e a construção de um projeto de vida e o aumento da autoestima, mesmo em situações onde os danos causados pelos maus-tratos, pela negligência e por todo o tipo de vulnerabilidade social marcaram a sua história de vida.

A institucionalização, a violência e a privação do convívio familiar são responsáveis por muitos problemas emocionais, e a Psicologia atua não somente em caráter terapêutico, mas também preventivo.

O trabalho psicológico com estas crianças e jovens centra-se em questões relacionadas com a perda, separação e sentimentos de pertença como forma de os ajudar a desenvolverem-se em jovens e adultos saudáveis. A contenção e a reparação destas feridas num meio terapêutico subsistem como a base para poder “perdoar” e “esquecer” as suas dramáticas experiências de vida (Strecht, 19994).

Por conseguinte pretende-se que as crianças e jovens acolhidos usufruam de acompanhamento psicológico semanal/quinzenal como forma de promover a estabilidade emocional, bem como o desenvolvimento psicomotor saudável dos mesmos.

Após cada consulta de psicologia é elaborado uma grelha de observação do comportamento que é enviada para a resposta social onde a criança e jovem encontra-se acolhida. Posteriormente, a equipa técnica remete a referida grelha ao psicólogo antes da próxima consulta com indicações pertinentes.

Mensalmente realiza-se uma reunião onde estão presentes a equipa de psicólogos, os coordenadores técnicos das respostas de acolhimento, adjunto executivo para avaliar o cumprimento desta atividade, discussão e casos e outros assuntos relacionados com o bem-estar das crianças e jovens.

3.1. Plano Anual de Atividades de Acompanhamento Psicológico às Crianças e Jovens Integrados em Acolhimento Residencial

Acompanhamento Psicológico

Descrição: Promover um espaço de psicologia clínica onde as crianças e jovens possam expor os seus problemas, inquietações, conflitos e dificuldades sentidas no desenvolvimento das suas funções e referentes ao processo de acolhimento.

Objetivos:

- Reconhecer os problemas e dar-lhes visibilidade, como forma de refletir sobre os mesmos e encontrar soluções;
- Promover competências comunicacionais;
- Apoiar o adolescente e/ou criança a desenvolver estratégias que permitam superar dificuldades;
- Melhorar o comportamento que está na base do problema;
- Promover o desenvolvimento de competências pessoais e sociais;
- Aumentar a autoestima e o autoconceito;
- Diminuir o impacto do acolhimento;
- Garantir a estabilidade emocional.

Estratégia:

- Anualmente, definir o horário das consultas de psicologia das crianças e jovens que se encontram acolhidas e distribuí-los pelos psicólogos afetos a este processo.
- Garantir a deslocação das crianças e jovens às consultas;
- Elaborar grelha de avaliação do comportamento.

Recursos Humanos: Equipa de Gestão Emocional e Colaboradores da Fundação.

Recursos Materiais: Gabinete da CliniCOI e gabinete de Psicologia do Gabinete de Apoio à Comunidade, computador, folhas de registo, material pedagógico, canetas, lápis, lápis de cera, lápis de cor e canetas de feltro.

Resultados Esperados:

- Melhoria da estabilidade emocional as crianças e jovens;

- Alteração do comportamento nos diferentes contextos;

Indicadores de Avaliação: 60% das crianças e jovens acolhidos são acompanhados ao nível psicológico.

3.2. Cronograma das Atividades

Atividades	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Acompanhamento Psicológico												

4. Divulgação

O presente Plano de Atividades será divulgado junto de todos os nossos clientes, principais parceiros sociais e comunidade em geral.

Formas de divulgação:

- Em suporte digital no sítio da Fundação COI em www.fundacao-coi.pt;
- Estará acessível a todos os clientes em suporte de papel no Centro de Recursos Educativos/Mediateca.

5. Bibliografia

- Carvalho e Branco, M. (2000). Vida, Pensamento e Obra de João dos Santos. Lisboa: Livros Horizonte.
- Leal, I. (1999). Entrevista clínica e psicoterapia de apoio. Lisboa: Instituto Superior de Psicologia Aplicada.
- Malpique, C. (199). Pais/Filhos em consulta psicoterapêutica. Porto: Edições Afrontamento.
- Strecht, P. (1994). Crescer Vazio: repercussões psíquicas do abandono, negligência e maus tratos em crianças e adolescentes. Lisboa: Assírio e Alvim.
- Stronggman, K. (1998). A psicologia da emoção. Lisboa: Climepsi editores. 4ª edição.

Aprovação

Aprovado em reunião do Conselho de Administração de 14 de Dezembro de 2018



O Presidente do Conselho de Administração



FUNDAÇÃO COI



Pinhal Novo
1980

AO SERVIÇO DA COMUNIDADE

AO SERVIÇO DA COMUNIDADE