

# MUVA PRO ESSOR

Um novo olhar sobre a formação profissional



# Resumo

- 3 Edito
- 4 Glossário
- 6 Génese da Formação Humana Muva Pro
- 8 Porquê fazer uma formação humana ?
- 9 Pensar o género dentro das problemáticas de Empregabilidade dos jovens
- 11 A metodologia escolhida
- 15 O conteúdo da Formação Humana Muva Pro
- 18 Uma equipe de “agentes de mudanças”, a chave do sucesso
- 19 Uma visão dos resultados
- 21 Testemunhos dos participantes
- 22 Uma abordagem adaptável



## A nossa abordagem :

A metodologia Muva Pro é uma metodologia de formação humana baseada na educação popular que visa equilibrar as competências sociais e emocionais do participante com o objectivo específico de desenvolver a consciência crítica dos jovens e promover mudanças nas suas relações consigo próprio, com os outros e com o seu ambiente - poder, género, comunicação, etc. - facilitando assim a sua integração e retenção no mercado de trabalho.

O Formação Humana Muva Pro é composto de 5 módulos :

- 1- Socialização e normas sociais
- 2- Orientação profissional
- 3- Empreendedorismo
- 4- Sensibilização para a saúde
- 5- Habilidades de empregabilidade

## EDITORIAL

Ajudar as populações vulneráveis a melhorar suas condições de vida de maneira sustentável é a missão que a ESSOR vem perseguindo há quase 30 anos através de seus projetos em 5 países.

Durante esses muitos anos, quaisquer que sejam os temas dos projetos : Educação, Formação e Inserção Profissional, Desenvolvimento Agrícola e também quaisquer que sejam os países : Chade, Brasil, Guiné Bissau, Congo, Moçambique, foi necessário mudar as metodologias de intervenção para se adaptar a contextos que também mudaram.

Foi assim que sentimos a necessidade muito forte de suplementar, consolidar, por “soft skills”, habilidades não técnicas e mais “humanas”, todas as nossas ações relacionadas à inserção social e profissional em favor dos adolescentes e jovens vulneráveis a quem se destinam principalmente. Hoje, essas habilidades são realmente essenciais para se posicionar e atuar como cidadão consciente e responsável, ator no seio familiar, comunitário ou profissional ... Esses vários elementos nos levaram a criar o trabalho preliminar chamado "Percurso Cidadão", para ajudar os adolescentes a se construir de maneira mais sólida durante esse período crucial e, mais recentemente, a desenvolver a metodologia de Formação Humana "Muva Pro", Destinado a jovens que ingressam em um percurso de formação e inserção profissional.

Esta metodologia Muva Pro foi construída em Moçambique no âmbito de um programa cofinanciado pela cooperação inglesa (DFID) e implementado pela organização OPM com a ESSOR como um dos principais parceiros.

Após três anos de implementação do Muva Pro em Moçambique e, em seguida, em nossos outros países de intervenção da ESSOR, conseguimos resumir essa metodologia do Muva Pro dentro da estrutura deste manual, que estamos felizes em compartilhar com vocês.

Jean-Philippe Delgrange  
Diretor da ESSOR

# Glossário

## Educação Popular

**Se a educação popular não tem definição oficial, ela pode ser definida como :**

O conjunto de processos de aprendizagem e reflexão crítica através dos quais os cidadãos realizam colectivamente acções de sensibilização individual e colectiva para as suas condições de vida e de trabalho, e que visam, a curto, médio ou longo prazo, a transformação social, económica, cultural e política do seu meio ambiente.

**ESSOR** é uma organização não-governamental francesa. Criada em 1992, a sua missão é ajudar as populações mais carentes a melhorar suas condições de vida de forma sustentável. A ESSOR concebe e implementa projectos em parceria com instituições locais no Brasil, Moçambique, Congo Brazzaville, Guiné-Bissau e Chade.

## Sectores de intervenção :



**Formação Muva Pro** é a formação humana que foi desenvolvida no âmbito do projecto MUVA'titude em parceria entre a ESSOR, o programa Muva e a ONG UPA.

**MUVA'titude :** É um projecto que foi implementado entre 2016 e 2018 em Maputo e na Beira em Moçambique com o objectivo de desenvolver, para além do conhecimento técnico, as chamadas competências soft (não cognitivas) dos jovens e assim melhorar o seu acesso às oportunidades económicas. Acreditamos na necessidade de combinar habilidades emocionais como autoconfiança, autoconhecimento, habilidades de comunicação e negociação com habilidades técnicas e profissionais como pré-requisito para quebrar as barreiras que limitam o acesso dos jovens, principalmente mulheres, às oportunidades económicas. O projeto consistiu, portanto, em um processo de transformação de 9 meses.

**Programme Muva Pro :** O Muva Pro é um programa para a inserção económica de jovens, especialmente mulheres jovens vulneráveis em zonas urbanas pobres de África. O programa foi criado em 2015 e é financiado pelo DFID.

**ONG UPA :** A ONG moçambicana parceira da ESSOR desde a sua criação em 2011, opera em Maputo através da implementação de projectos de inclusão sócio-económica dos jovens.

# O que é a Formação Humana Muva Pro ?

**F**ormação Humana significa a preparação do ser humano para se tornar um ser crítico, consciente do seu papel no mundo e capaz de trilhar o seu próprio caminho. O mais importante na Formação Humana é ser capaz de se conhecer na sua totalidade, reflectir sobre o mundo e se perceber como parte desse mundo. Por isso, essa formação prepara o ser humano para reflectir sobre as condições de reprodução da sua vida e das formas sociais da sua organização. Esta reflexão é feita através da compreensão de outras dimensões, tais como : a criatividade, o colectivo, os valores, a ética, a emoção e os sentimentos.

Adaptado de : Andrea Dulcina Platt, Formação Humana : currículo para o desenvolvimento

## A FORMAÇÃO HUMANA MUVA PRO PREPARA OS JOVENS PARA O EMPREGO

Os gestores pedagógicos dos institutos de formação técnico-profissional, assim como os líderes empresariais, estão cada vez mais convencidos de que as competências técnicas não são suficientes para se integrar e progredir no mercado de trabalho. As chamadas soft skills como comunicação, autoconfiança e criatividade são cada vez mais procuradas. No entanto, estas competências ditas não cognitivas são as mais discriminatórias em termos sociais, penalizando duplamente aqueles que não podem aceder a uma formação profissional de qualidade.

Este diagnóstico prevalece ainda mais para as mulheres jovens que, por razões sociais, muitas vezes se vêem excluídas de todas as dinâmicas económicas. Face a esta observação, a ESSOR, em parceria com o programa de pesquisa Muva Pro e a ONG UPA, desenvolveu uma metodologia de formação humana que foi integrada no seu programa de formação e inserção profissional desenvolvido ao longo de muitos anos de experimentação e acção.

**“ Ninguém educa ninguém, ninguém educa a si mesmo, os homens se educam entre si, mediatizados pelo mundo.”**

Paulo Freire

# Génese da Formação Humana Muva Pro

O projecto MUVA'titude foi concebido em 2016 pelas organizações ESSOR, Muva Pro e UPA para responder aos desafios da inserção profissional da mulher no contexto peri-urbano moçambicano.

Com base em pesquisas, estudos nacionais e internacionais, foi analisada uma série de comportamentos. Estes comportamentos impedem os jovens de se integrarem bem no mundo do trabalho, devido a problemas de iniciativa, criatividade, comunicação, responsabilidade e trabalho em equipe.

Também constatamos que havia poucos projetos trabalhando sobre "habilidades humanas para a empregabilidade", especialmente em resposta ao desafio dos jovens em situações sócio-econômicas precárias (o grupo alvo do projeto), e que também não se baseavam em dados, devido à falta de indicadores e pesquisas especializadas. O MUVA'titude tinha, portanto, um nicho para criar um pacote inovador de formação humana, fornecendo respostas aos problemas específicos das mulheres e sistemas de medição de atitudes.

## A réplica da Formação Humana Muva Pro em outros países.

Devido ao impacto da formação Muva Pro em Moçambique e com base nas lições aprendidas, a ESSOR tomou consciência da importância chave desta metodologia no percurso de formação, mas também para as equipas ESSOR e seus parceiros. Assim, desde Fevereiro de 2017, a ESSOR tem replicado esta metodologia em 4 países de intervenção (Chade, Brasil, Guiné-Bissau, Congo Brazzaville).

Para a replicação desta formação, foi formado um

**A criação dos módulos de formação e a adaptação do percurso de formação e integração profissional beneficiaram da experiência da ESSOR, nomeadamente em Educação, e têm sido realizados em co-criação entre parceiros, envolvendo directores de recursos humanos, ONGs, agências de emprego, consultores especializados, sociólogos e antropólogos. Todas as idéias desse coletivo foram testadas em colaboração com associações locais, pensando em respostas realistas e sustentáveis, envolvendo equipas das comunidades nas quais o projeto deveria ser implementado.**

grupo de trabalho com os facilitadores e as pessoas que escreveram os módulos. Foram realizados testes e avaliações para determinar quais sessões foram as mais "transformadoras" e importantes do ponto de vista do género e da empregabilidade dos jovens. Os objectivos de cada sessão foram revistos para garantir a sua relevância no contexto de cada país, mantendo o foco nos perfis dos jovens e no mercado de trabalho. Este trabalho preliminar validou a relevância desta replicação.

Como parte deste trabalho analítico, todos os parceiros constataram que pelo menos 70% das sessões foram indispensáveis.

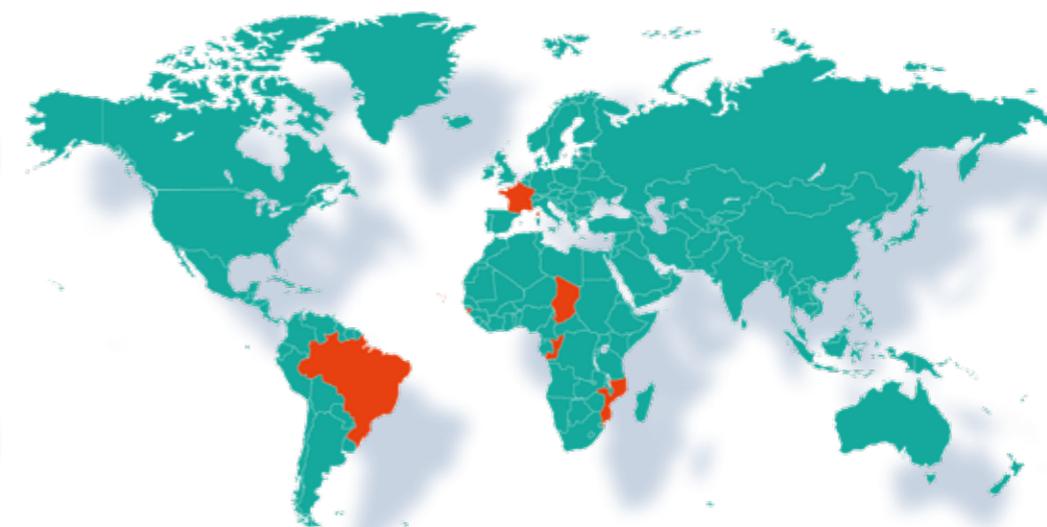
## A relevância do conteúdo da formação para novos grupos-alvo.

Constatou-se que, embora algumas adaptações fossem necessárias, a base metodológica e as linhas gerais do conteúdo podiam ser replicadas. Os tipos de empregos informais ou pouco qualificados em outros

contextos são semelhantes aos de Moçambique, assim como os principais problemas encontrados pelos jovens no que diz respeito à inserção profissional (normas sociais que limitam as mulheres jovens, falta de auto-confiança, dificuldades no desenvolvimento de um projecto profissional, etc.).

# Entrar, ficar e florescer no mundo do trabalho

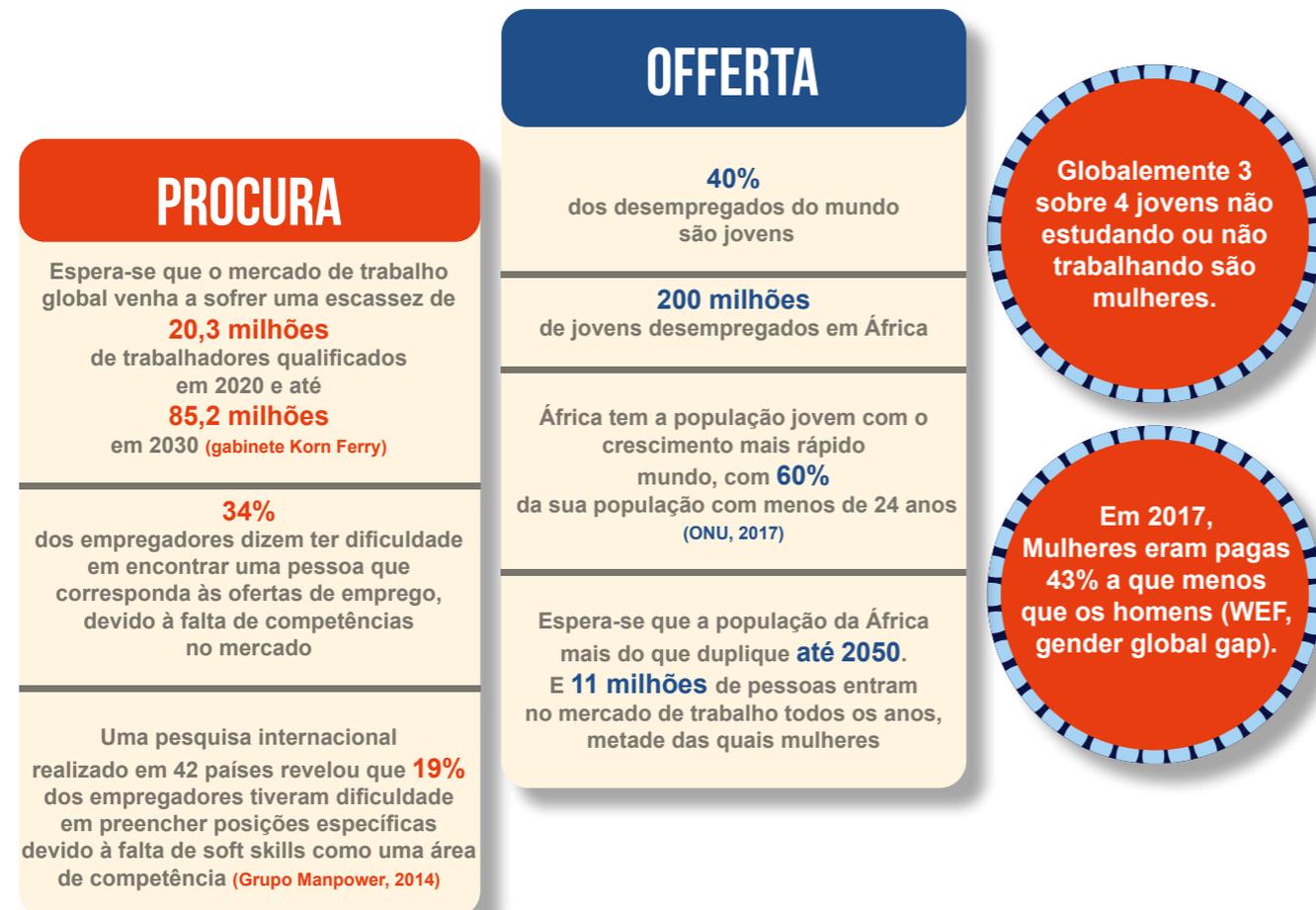
A Formação Humana Muva Pro é constituída por 56 sessões especialmente desenvolvidas para ter em conta as necessidades das empresas e os desafios que os jovens terão de enfrentar no futuro próximo. Hoje, a Formação Humana Muva Pro foi adaptada e implementada em 5 países (Moçambique, Guiné Bissau, Brasil, Congo, Chade e está disponível em 2 línguas (português e francês).



# Porquê fazer uma formação humana?

A inserção dos jovens é uma questão global actual e um problema para os anos vindouros. Todos os anos, no mundo, mais de 120 milhões de jovens entram no mercado de trabalho. A chegada maciça de um grande número de jovens com pouca formação, particularmente nos países em desenvolvimento, é um desafio para todos.

Este problema é particularmente prevalente no continente africano. A África tem 200 milhões de jovens entre 15 e 24 anos, ou seja, mais de 20% da população. O continente está em rápido crescimento demográfico e entrou numa fase de transição demográfica que irá aumentar a pressão que os países enfrentam em termos de criação de emprego.



# Pensar o género dentro das problemáticas de Empregabilidade dos jovens

**O desafio das normas sociais : as barreiras invisíveis das mulheres para se inserirem no mercado do trabalho.**

O projeto MUVA'titude tem trabalhado com jovens em situação de vulnerabilidade sócioeconómica. De acordo com a análise do perfil de participantes, 77% vivem com menos de 2,5\$/dia, 44% estão em agregados chefiados por mulheres, e 41% em casas sem saneamento básico, 62% têm filhos, apenas 38% completaram o ensino médio. O projecto esteve atento não apenas aos constrangimentos económicos que envolviam a vida dos(as) jovens, mas fundamentalmente às barreiras "invisíveis", aquelas que são difíceis de medir. São barreiras sócio-culturais que criam bloqueios, particularmente às mulheres, confrontadas com um ambiente patriarcal. Na própria educação familiar e comunitária são inculcadas rotinas de trabalho doméstico,

censuras, imposições e proibições que condicionam a rapariga a obedecer,

Neste ambiente muitas meninas vão crescendo e "aceitando" um estatuto de "ser inferior", e limitam, por conseguinte, os seus sonhos ao papel da "boa mulher doméstica". Há as que contestam e resistem mas, são vistas como "mulheres confusas" ou "rebeldes", isto é, como jovens fora da norma. A inibição da rapariga pode responder a exigências sócio-familiares, mas é contestada pelos empregadores, que se queixam, em praticamente todos os inquéritos realizados, das atitudes dos jovens que se candidatam, especialmente raparigas. Os testemunhos dos empregadores constataam essa fraqueza comportamental, como demonstra o seguinte relato :

*"É urgente e imprescindível educar os jovens nos aspectos não estreitamente ligados às capacidades técnicas, tais como : sentido de responsabilidade, motivação, respeito, higiene pessoal, pontualidade... Podemos formar internamente os jovens do ponto de vista profissional, mas não podemos mudar a atitude pessoal deles... Essa não se limita a transmitir as regras de boa educação cívica, mas pretende desenvolver nos jovens a motivação pessoal para o trabalho e valorizar os talentos escondidos através do enfoque no valor infinito de cada jovem.<sup>1</sup>"*

<sup>1</sup> Pesquisa sobre o mundo do trabalho na região de Maputo, realizada no âmbito do projeto O mundo do trabalho : "novos desafios para os jovens desempregados do Bairro Chamanculo C" em Maputo. 2013, AVSI, p. 19.

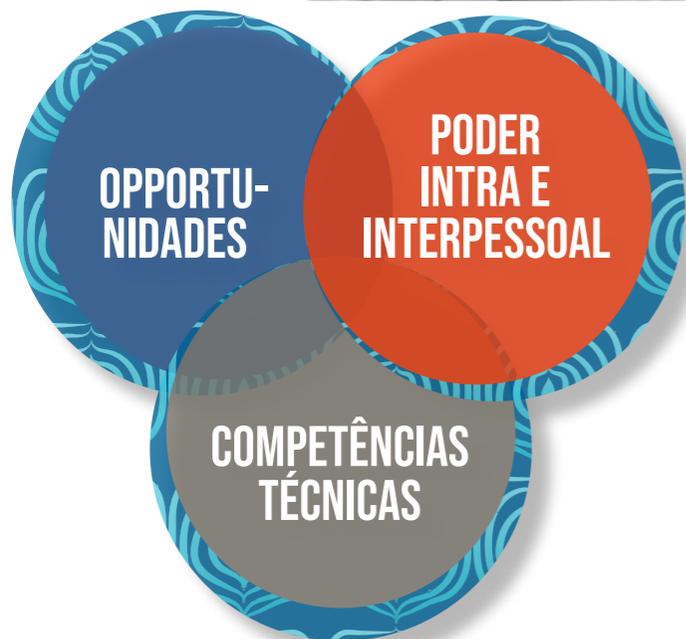
## A estimulação de atitudes positivas dessas mulheres e dos jovens excluídos do mercado laboral é fundamental.

Para o empoderamento económico feminino, o Muva Pro compreende a importância de reforçar 3 poderes : o **poder económico** (acesso a oportunidades), o **poder técnico** (aprendizagens de saber fazer e conhecimentos) e, por fim, o **poder intra e interpessoal**



(desenvolvimento de atitudes e tomada de consciência sobre si e sobre seu ambiente).

O projecto MUVA'titude, trabalhou sobre as 3 abordagens, mas procurou dar um foco na esfera relacionada ao poder intra e interpessoal, desenvolvendo uma metodologia alternativa para trazer reflexão e consciência sobre si e seu e o que o rodeia, sempre com foco nas atitudes dentro do contexto profissional.

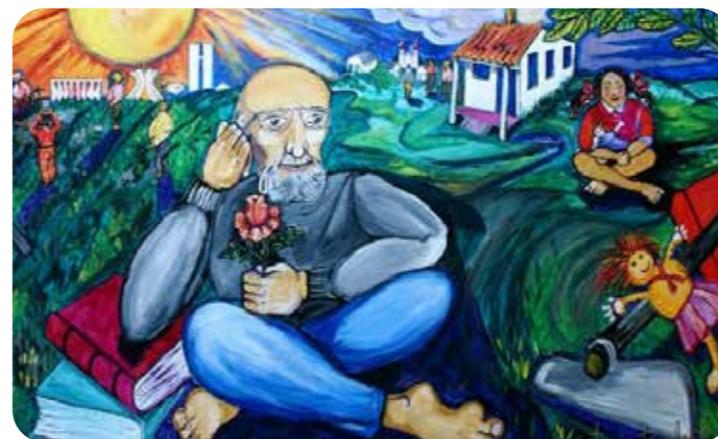


Dessa forma, identificamos a metodologia da educação popular do Paulo Freire como poderosa para o processo de transformação.

## A metodologia escolhida

A Formação Humana na Muva Pro ESSOR baseia-se nos princípios da educação popular e no pensamento de Paulo Freire, combinados com uma pedagogia activa e participativa que valoriza as experiências de vida dos participantes. O objectivo é de colocar os participantes como verdadeiros actores da sua formação. Durante as sessões, eles são constantemente incentivados a se questionar e a construir a sua aprendizagem individual e coletivamente. O objectivo é encorajar o compromisso e o pensamento crítico por parte do jovem, que depois se torna um actor no seu desenvolvimento profissional e pessoal.

*“A Educação Popular é um método de educação que valoriza os saberes prévios do povo e suas realidades culturais na construção de novos saberes. Está implicada com o desenvolvimento de um olhar crítico, que facilita o desenvolvimento da comunidade em que o educando está inserido, pois estimula o diálogo e participação comunitária, possibilitando uma melhor leitura de realidade social, política e econômica... A principal característica da Educação Popular é utilizar o saber da comunidade como matéria-prima para o ensino, valorizando todos os sujeitos sociais nesse processo, tornando esse espaço de educação um lugar de afetos alegres e amorosidade. É aprender a partir do conhecimento do sujeito e ensinar a partir de palavras e temas geradores do cotidiano dele, reconhecendo a importância do saber popular e o saber científico. A Educação é vista como ato de conhecimento e transformação social, tendo um certo cunho político. O resultado desse tipo de educação é observado quando o sujeito pode situar-se bem no contexto de interesse.”*



### OS PRINCÍPIOS METODOLÓGICOS

- ▶ NÃO JULGAR
- ▶ QUESTIONAMENTO CRÍTICO
- ▶ ESCUTA ATIVA
- ▶ VALORIZAÇÃO DAS EXPERIÊNCIAS DE VIDA
- ▶ NEGOCIAÇÕES
- ▶ MÉTODO PARTICIPATIVO
- ▶ UM ESPAÇO SEGURO
- ▶ OCULOS DE GÊNERO

As seguintes técnicas participativas foram selecionadas para a implementação desta metodologia :

**Jogos e dinâmicas de grupo** : promover movimentos físicos, cooperação, entretenimento, relaxamento que ajudam a alcançar o pensamento mais profundo.

**Dramatização** : estimula a criatividade, permite aproveitar das experiências dos participantes e valorizar essas mesmas experiências. Incentivar a expressão de sentimentos e a reflexão.

**Trabalho e discussão em pares, trios e grupos** : são momentos de partilha, troca, negociação e apreciação das ideias uns dos outros.

**Estudos de caso** : estimular o pensamento crítico e a expressão de ideias e sentimentos.

**Filmes** : Filmes de até 10 minutos de duração ajudam a iniciar e concluir uma discussão sobre um tópico em particular.

**Visitas** : visitas a centros de formação profissional com o objectivo de conhecer o mundo do trabalho, os diferentes cursos disponíveis e escolher a profissão com maior consciência.



**Inquéritos de vizinhança** : visam recolher informação para analisar e discutir temas próximos da realidade dos jovens.

**Encontro de orientação profissional individual** : utilizar um conjunto de ferramentas para acompanhar cada jovem até a decisão final de orientação profissional.



Assim, três poderes interpessoais e três poderes intrapessoais foram escolhidos como objectivos para as actividades no manual. Ao longo das sessões de Formação Humana, o jovem terá a oportunidade de descobrir e fortalecer cada um desses poderes.

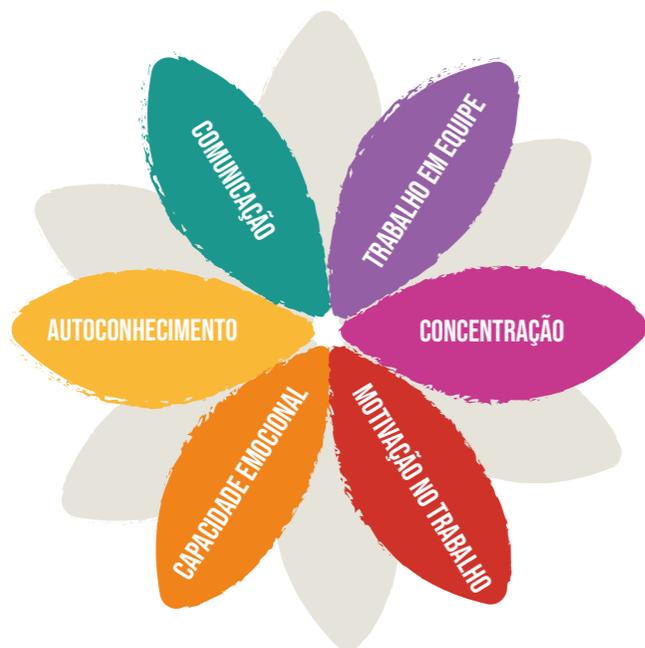
## OS PODERES INTRAPESOAIS

<b>A capacidade Emocional</b>	É a capacidade de reconhecer e avaliar as suas próprias emoções e as dos outros, bem como a capacidade de lidar com elas.
<b>O autoconhecimento</b>	É a capacidade de se conhecer melhor, de identificar os seus talentos para ser capaz de fazer melhores escolhas.
<b>A motivação no trabalho</b>	É a capacidade do indivíduo identificar o que o inspira, e se manter motivado para desempenhar as tarefas que escolheu.

## OS PODERES INTERPESSOAIS

<b>A concentração</b>	É a capacidade de manter a atenção numa actividade que está a fazer, ou num objectivo, deixando de lado as distrações.
<b>A comunicação</b>	É a capacidade de receber e transmitir com clareza informações, experiências, sentimentos e ideias.
<b>O trabalho em equipa</b>	É a capacidade de colaborar e comunicar eficazmente com os outros para realizar tarefas planeadas e encontrar soluções.

Em cada actividade de cada um dos cinco módulos encontrará a Flor dos Poderes que mostra quais são os poderes que a actividade tem como foco.



- **COMUNICAÇÃO**
- **TRABALHO EM EQUIPE**
- **CONCENTRAÇÃO**
- **MOTIVAÇÃO NO TRABALHO**
- **CAPACIDADE EMOCIONAL**
- **AUTOCONHECIMENTO**

Os módulos do Manual de Formação Humana Muva Pro abordam cinco temas divididos em cinco módulos para um total de 56 sessões de 2h30 cada, na seguinte ordem :

- **SOCIALIZAÇÃO E NORMAS SOCIAIS**
- **ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL**
- **O EMPREENDEDORISMO**
- **CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE SAÚDE**
- **HABILIDADES PARA EMPREGABILIDADE**

# O conteúdo da Formação Humana

## MODULO 1 : SOCIALIZAÇÃO E NORMAS SOCIAIS



### Do que vamos falar neste módulo ?

Neste módulo composto por 9 sessões vamos falar das diferentes maneiras como somos criados e educados, e porque agimos como agimos. Na linguagem da sociologia, isso chama-se o processo de socialização e de construção das normas sociais e culturais.

Vamos aprender o que são papéis sociais, e em particular de género, e como esses papéis são formados através da família, da escola, da religião, dos meios de comunicação como a rádio e a TV, e da comunidade em geral. Vamos ainda entender como esses papéis influenciam as nossas vidas, principalmente a saúde, a escolha de profissão e o nosso desempenho.

Neste módulo, vamos ainda compreender como poder e género estão relacionados, e como ambos estão ligados aos diferentes tipos de violência contra a mulher. Vamos também analisar como essa violência gera barreiras para o emprego das mulheres.

### OBJECTIVOS DO MÓDULO :

- ▶ Conhecer como se dá o processo de socialização e de construção das normas sociais ;
- ▶ Conhecer a definição de género e a diferença entre sexo e género ;
- ▶ Promover a reflexão sobre o impacto do género na divisão de trabalho ;
- ▶ Promover o conhecimento e a compreensão sobre questões de género, e como o género influencia o mundo do trabalho ;
- ▶ Encorajar os participantes a debater das normas e práticas que prejudicam o género e definir normas e práticas de género saudáveis ;
- ▶ Analisar a relação entre género e poder ;
- ▶ Ajudar os participantes a compreender o seu próprio poder ou falta de poder ;
- ▶ Analisar os meios de prevenção das diferentes formas de violência baseada no género ;
- ▶ Examinar as oportunidades que temos para promover a mudança.

## MODULO 2 ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL

Este módulo constituído por 13 sessões tem como objetivo, acompanhar os participantes na sua reflexão sobre o seu projeto profissional, a fim de preparar melhor a sua orientação e a formação que eles terão de escolher.

### O QUE É A ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL

A orientação profissional é o processo de ajuda à pessoa no momento da escolha ou redefinição da sua profissão ou carreira. O processo de escolha de uma profissão é marcado por momentos de ansiedade, insegurança, medos, influências e muitas dúvidas. Este módulo irá ajudar o jovem a conhecer-se, a amadurecer as suas idéias, a olhar de forma diferente a sociedade na qual está inserido e o mercado de trabalho actual, e a efectuar mudanças na sua vida.

### OBJECTIVOS DO MÓDULO :

- ▶ Apoiar os jovens a conhecerem-se para fazerem melhores escolhas profissionais ;
- ▶ Apoiar os jovens a descobrir a variedade de profissões ;
- ▶ Apoiar os jovens a conhecer as realidades do mundo do trabalho ;
- ▶ Assegurar que os jovens escolham a carreira profissional com segurança e satisfação ;
- ▶ Conhecer a realidade prática da formação e das potenciais profissões.

## MODULO 3 EMPREENDEDORISMO

Este módulo tem uma sessão onde se discute o conceito de empreendedorismo, como encontrar uma ideia de negócio na comunidade, como encontrar uma ideia de negócio, ? qual é a diferença entre os dois? O básico de um plano de negócios.

Este módulo de empreendedorismo é de momento, como parte da formação humana da ESSOR, composto apenas por uma sessão introdutória. Seu objetivo é apresentar a existência de uma alternativa ao trabalho assalariado e identificar participantes interessados e com perfil para serem orientados e acompanhados no auto-emprego ou empreendedorismo.

Este módulo é composto por outras sessões, que ainda não estão integradas no currículo.

### OBJECTIVOS DO MÓDULO :

- ▶ Dar a conhecer aos participantes as características de empreendedores no contexto da sua realidade social e económica ;
- ▶ Estimular o espírito empreendedor no jovem, na sua casa, bairro, trabalho, quer assalariado, quer por conta própria ;
- ▶ Explicar o processo de formação de ideias, de identificação de oportunidades de negócio, e os passos para transformar uma ideia num plano de negócios.

## MODULO 4 CONSCIENCIALI- ZAÇÃO SOBRE SAÚDE

Este módulo é composto por 9 sessões que irão tratar de temas de saúde que afectam adolescentes e jovens em Moçambique. Os jovens e adolescentes terão oportunidade de conversar francamente sobre assuntos considerados tabu pela sociedade, e que não são discutidos abertamente, como sexo, sexualidade, gravidez, aborto, álcool e outras drogas e violência. Com maior conhecimento poderão fazer escolhas mais conscientes, assumir responsabilidade e evitar comprometer a sua saúde e o seu futuro.

Este módulo é uma contribuição para que adolescentes e jovens se mantenham saudáveis, elevando o seu potencial produtivo e o acesso a oportunidades de emprego.

### OBJECTIVOS DO MÓDULO :

Dotar os participantes com conhecimentos e habilidades para valorizarem os seus direitos e responsabilidades de saúde e adoptarem comportamentos que aumentem a sua empregabilidade e produtividade.

#### Objectivos específicos :

- ▶ Adquirir conhecimentos sobre a saúde e a sua relação com a empregabilidade e produtividade ;
- ▶ Conhecer os seus direitos e responsabilidades sobre saúde no contexto do trabalho ;
- ▶ Explorar atitudes e valores e encorajar a tomada de decisão consciente sobre a vida sexual e reprodutiva e a saúde em geral.



## MODULO 5 HABILIDADES PARA A EMPREGABILIDADE

Este módulo tem 21 sessões que nos permitirão experimentar diferentes emoções e conhecermos melhor. À medida que nos conhecemos melhor, somos capazes de expressar com maior clareza os nossos pensamentos e emoções e por isso melhoram também os nossos relacionamentos. Vamos aprender a trabalhar melhor em equipa, a enfrentar melhor os conflitos inevitáveis da vida, a analisar estrategicamente o caminho que queremos seguir, e a planear o nosso futuro.

### TEMATICA 1

ÉTICA NA VIDA PESSOAL E NO TRABALHO

### TEMATICA 2

COMUNICAÇÃO INTERPESSOAL

### TEMATICA 3

TRABALHO EM EQUIPE

### TEMATICA 4

PLANEAMENTO E A GESTÃO DA SUA  
CARREIRA

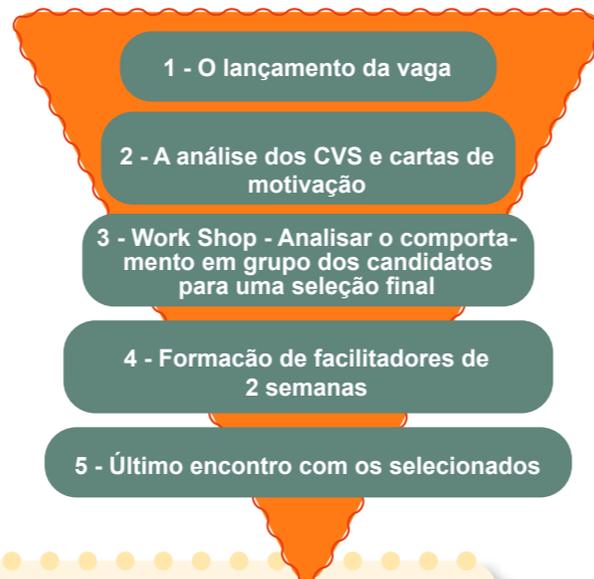
# Uma equipe de “agentes de mudanças”, a chave do sucesso

Formação Humana Muva Pro reside na capacidade da equipa de facilitação em orquestrar os debates entre jovens, provocar discussões em ambiente seguro, respeitoso e estimulante. Por isso, a qualidade das equipas é fundamental. Eles e elas são o reflexo do “modelo de atitude com uma nova visão de género.” A selecção e formação facilitadores da Formação Humana é a chave para o sucesso da transformação dos(as) jovens.



## O facilitador é a pessoa que :

- ◆ Conhece, ama e valoriza as línguas locais e a realidade em que os jovens vivem ;
- ◆ Acredita no futuro da sua comunidade;
- ◆ De preferência, reside no bairro ou perto dele ;
- ◆ Acredita e pratica os valores da solidariedade, da generosidade e da igualdade de género ;
- ◆ Mostra respeito pelos outros ;
- ◆ Valoriza as diferenças e promove a igualdade de género ;
- ◆ Encoraja, pratica a escuta ativa, observa e não julga.



**ENCONTRAR ESTES TALENTOS REQUER UM INVESTIMENTO REAL DE TEMPO, PORQUE ESTAMOS À PROCURA DE PESSOAS QUE JÁ PENSAM "FORA DA CAIXA", QUE JÁ ESTÃO ABERTAS A ESTA QUESTÃO E, DE CERTA FORMA, PESSOAS QUE JÁ ESTÃO A QUESTIONAR NORMAS SOCIAIS.**

# Uma visão geral dos nossos resultados

## Medir as atitudes dos jovens em relação à sua inserção no mundo do trabalho.

Para a avaliação das habilidades humanas (inter e intrapessoais), a equipa do projeto criou um método específico de observação para medir as atitudes que permitem aos jovens encontrar um emprego. Para criar os critérios a serem avaliados, vários elementos foram analisados e levados em conta

- ◆ Pedidos dos empregadores ;
- ◆ Observações comportamentais dos jovens (tendo em conta o seu nível socioeconómico) ;
- ◆ A formação e os tipos de empregos a que se candidatam.

A metodologia consistiu em observar os jovens durante as apresentações individuais (avaliação da escuta, negociação, motivação, criatividade, flexibilidade) e exercícios de grupo (avaliação da motivação pessoal, linguagem corporal, argumentação, formalidade e linguagem) aos quais foram submetidos.



## Formação Humana assegura o fomento de melhores atitudes em relação ao emprego.

**(Há uma correlação entre a frequência da presença dos jovens nas sessões de Formação Humana e o grau de mudança de atitude). Mulheres e homens estão a melhorar.**

## Resultados da avaliação qualitativa das competências humanas dos jovens.

A melhoria das competências humanas (intra e interpessoais) dos jovens foi também confirmada pela avaliação qualitativa (entrevistas e grupos focais). Raparigas e rapazes que participaram da Formação Humana Muva Pro confirmaram o seu progresso e destacaram a melhoria das suas capacidades em comunicar e expressar as suas ideias e pensamentos, e de se libertarem do medo de partilhar e falar em público. Explicaram também que melhoraram a sua capacidade de escuta activa : ouvir, tentar compreender o que os outros dizem, dar espaço, não interromper e aceitar as opiniões dos outros, mesmo que discordem. Os jovens aprenderam como trabalhar em equipe, como se comunicar com colegas de trabalho e supervisores, incluindo os aspectos não-verbais da comunicação relacionada à postura corporal e expressões faciais, como se vestir e que postura adotar.

1 Método de medição adaptado do trabalho de pesquisa de Anne Cécile Manicom Rebelo (Manual "Práticas Pedagógicas, educação para a integração de todos : experiência do Centro Criança Feliz ", 2011) e validado em " Usando auto-avaliações e observações para capturar habilidades não cognitivas : Insights de um programa de treinamento de habilidades em Moçambique "(Hilger, 2018)

Após 6 meses do primeiro ciclo do MUVA'titude, 77% dos participantes eram economicamente activos.

**Impacto da Formação Humana no poder interno dos jovens (escolha, voz e controle)** Além da empregabilidade, o projeto queria entender até que ponto essa Formação Humana Muva Pro poderia melhorar a vida dos participantes a longo prazo. Por este motivo, a avaliação (após 6 meses) fez perguntas sobre o poder da autonomia e da tomada de decisões. Os resultados mostraram que uma maior percentagem de raparigas que participaram no projecto (75%) tomou decisões sobre as suas actividades económicas sozinhas em comparação com as raparigas da população em geral (51%).

Os resultados foram semelhantes na área das decisões relativas à escolaridade ou poupança (52% contra 29%). Isto mostra que, além das atitudes, também há mudanças de comportamento nas casas dos participantes e até mesmo nas famílias dos jovens em geral.

Uma das participantes disse que seu papel em casa havia mudado e que ela havia convencido seus familiares de que o papel de uma mulher não é apenas o de estar na cozinha. Alguns rapazes também disseram que agora ajudam com as tarefas domésticas. Estes não são casos isolados, mas uma grande parte dos jovens participantes está a tornar-se mais pró-activa e integrada nas suas redes sociais. Nos grupos focais, os membros da família testemunharam que ver raparigas a formarem-se na formação profissional técnica as coloca como exemplos para outras raparigas adolescentes e rapazes jovens. Dentro das famílias, há sem dúvida um reconhecimento de quão longe os jovens chegaram. Muitos deles voltaram para casa após as sessões de Formação Humana e partilharam a sua aprendizagem, fazendo do seu sucesso um sucesso colectivo.

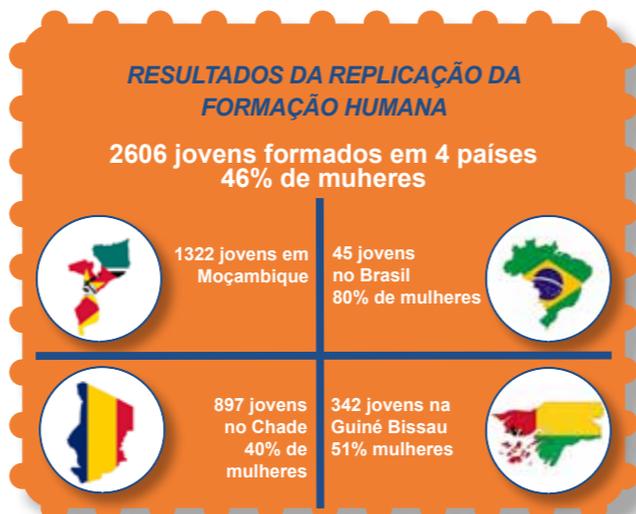
Mudanças observadas em todos os países onde a Formação Humana foi reproduzida.

Conscientização de gênero :  
Desconstruindo preconceitos sobre profissões, mais cooperação entre homens e mulheres  
Mudanças comportamentais : na família, na comunidade :

- ▶ Melhor relacionamento com os outros ;
- ▶ Mais tolerância : escuta e respeito pelas diferenças ;
- ▶ Capacidade de expressão e comunicação (especialmente para as mulheres) ;
- ▶ Auto-estima.

**Feedback de empresas e centros de formação :**

- ▶ Jovens melhor preparados e mais exigentes ;
- ▶ Melhor orientação profissional (a pessoa certa na formação certa) ;
- ▶ Mais cooperação entre os jovens : a capacidade de trabalhar em equipe ;
- ▶ Mudanças de comportamento e atitude : pontualidade, respeito, expressão.



## Testemunhos dos participantes



"Sempre me considerei uma trabalhadora esforçada e disposta a aprender e ser alguém na vida. Antes de aderir ao projecto MUVA'titude implementado pela ESSOR e UPA em bairros da cidade de Maputo, eu estava desempregada e sem apoio. Eu também não tinha conselhos, estava perdida, sem saber como seria o amanhã. Como muitas famílias do meu bairro, vivemos dia após dia. A formação ajudou-me a aprender a resolver problemas e a ter a coragem de enfrentar as pessoas. Consegui assim convencer os meus familiares a deixarem-me participar na formação humana, mas também a entrar numa formação profissional em soldadura eléctrica, que é considerada como uma formação masculina. Neste momento, estou a fazer o curso de soldadura eléctrica no INEFP, encontro um caminho para ir todos os dias ao Centro de Formação e estou muito orgulhoso da minha escolha, porque hoje estou mais do que certa de que esta é a formação que eu queria. A minha turma é composta por 16 alunos e eu sou a única mulher. Eu vejo isto como um grande desafio! Eu trabalho muito para ser um boa aluna.

Eu aplico todos os dias o que aprendi na formação humana e "sinto-me emancipada"!

Os próximos passos serão completar a formação profissional, fazer um estágio e, claro, entrar no mercado de trabalho para ajudar a minha família e poder e poder viver de forma mais confortável. Também quero que os meus sobrinhos possam ir à escola e estudem, para que amanhã possam ser homens e mulheres reconhecidos pela sociedade."  
**Palmira : participante no Percurso FIP e na Formação Humana Muva Pro ESSOR em Moçambique em 2017**



"Antes, eu não comunicava com a minha família (mãe e esposa). Em casa, falar com as mulheres

ou ajudá-las nas tarefas domésticas não é algo para um rapaz bem educado. Mas com a formação humana, agora abro-me à minha família, falo muito com a minha mulher e ajudo nas tarefas domésticas como lavar as roupas das crianças, ficando com as crianças quando a minha mulher está ocupada."

**Chadli : participante do primeiro ciclo do Percurso FIP com Formação Humana no Chade em 2018**



"A formação humana tem sido uma experiência de aprendizagem muito importante para a minha vida pessoal e para a minha vida em sociedade. Eu estava num momento difícil, um momento de escolha, durante as sessões, nos debates, ouvindo as opiniões dos outros, os temas discutidos, isso me fez refletir e entender que eu era capaz de enfrentar e tomar a medida dos desafios da minha vida, escolher o caminho certo, voltei a estudar e agora estou lutando pela realização dos meus sonhos e ter o melhor para a minha família."

**Beatriz : Participante na Formação Humana no Brasil em 2019**



"A formação humana teve um impacto muito positivo na minha vida, na minha relação com a minha família e na minha saúde."  
"Graças à Formação Humana, já não sou um delinquente..."  
"A Formação Humana mudou a minha vida."

"Graças à formação humana, sou responsável pelos garçons do restaurante onde trabalho."

**Participantes do primeiro ciclo do Percurso FIP com Formação Humana na Guiné Bissau em 2018**

# Uma abordagem adaptável

**A** Formação Humana Muva Pro proporciona aos jovens uma variedade de competências e pode ser integrada em organizações da sociedade civil, instituições educacionais públicas ou privadas ou empresas.

Se você gostaria de ter mais informações sobre nossa metodologia e as possibilidades de receber treinamento de instrutores ou coaching para sua organização, você pode visitar o site.

<http://www.essor-ong.org/>

Ou envie um e-mail para o seguinte endereço :

[contact@ong-essor.org](mailto:contact@ong-essor.org)

**Autor :** Sebastien Cayol  
**Colaboradores:** Equipe FIP do Moçambique e ONG Muva  
**Revisão :** Marie Devroux, Ariane Delgrange, Sarah Pires, Camille Gautier  
**Design :** Caroline Popelier  
**Crédito da foto :** ESSOR e parceiros

Projeto realizado em parceria com :



Parceiros financeiros :



Comité Français pour la Solidarité Internationale



"O conteúdo desta publicação é de exclusiva responsabilidade da ESSOR."



Este trabalho é disponibilizado sob os termos da licença Creative Commons Attribution - Sem uso comercial - Sem modificação 4.0 Internacional. Você é livre para reproduzir, distribuir e comunicar este documento ao público. No entanto, você deve respeitar as seguintes condições : deve citar o nome do autor original da maneira indicada pelo autor da obra ou pelo detentor dos direitos que lhe concedem essa autorização (mas não da maneira que sugira se eles o apoiam ou aprovam o uso do trabalho), você não tem o direito de usar este documento para fins comerciais, não tem o direito de modificar, transformar ou adaptar este documento . O texto completo do contrato está disponível no seguinte endereço : <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.fr>

## Sobre a ESSOR

A ESSOR é uma organização sem fins lucrativos. ESSOR visa ajudar as populações mais vulneráveis a adquirir os meios para melhorar as suas condições de vida de uma forma sustentável. O seu apoio baseia-se na concepção e implementação de acções concretas que facilitem a apropriação dos processos de desenvolvimento local. Estas acções promovem o exercício da cidadania e da justiça social nos países em causa.

Saiba mais sobre a Formação Humana Muva Pro  
<http://www.essor-ong.org/fr/>



**Essor France siège**  
**92, rue de la Reine Astrid**  
**59700 Marcq en Baroeul France**  
**0033 (0) 3 20 83 04 15**  
**[contact@ong-essor.org](mailto:contact@ong-essor.org)**