



INSTITUTO SUPERIOR DE
SERVIÇO SOCIAL DO PORTO

A Caminho da Autonomia: Competências de Vida e (Des)Igualdades no Acolhimento Residencial

Discente: Joana Manuela Rangel Carvalho

Dissertação apresentada ao Instituto Superior de Serviço Social do Porto para obtenção do Grau de Mestre em Intervenção Social na Infância e Juventude em Risco de Exclusão Social.

Orientadora: Prof.^ª Doutora Idalina Machado

Co-Orientadora: Prof.^ª Doutora Madalena Oliveira

Junho 2025

A Caminho da Autonomia: Competências de Vida e (Des)Igualdades no Acolhimento Residencial

Joana Manuela Rangel Carvalho

Dissertação apresentada ao Instituto Superior de Serviço Social do Porto para obtenção do Grau de Mestre em Intervenção Social na Infância e Juventude em Risco de Exclusão Social.

Resumo

A presente dissertação tem como principal objetivo analisar e compreender a existência de diferentes desenvolvimentos de competências para a vida em jovens institucionalizados, nomeadamente nas desigualdades de género neste processo. Com base numa abordagem mista, foram recolhidos dados através da Escala de Competências de Vida (Gonçalves, Macedo, Pinto & Azeredo, 2016) e da análise de projetos educativos institucionais. No total, participaram 38 jovens com idades compreendidas entre os 16 e os 22 anos e foram analisados projetos educativos de 7 casas de acolhimento residencial e apartamentos de autonomização.

Os resultados revelaram um domínio significativo por parte de todos os participantes em competências de autocuidado, relações interpessoais e literacia digital, mas apontaram fragilidades acentuadas nas áreas da literacia financeira, habitação e acesso a apoios sociais. As participantes do sexo feminino demonstraram, de forma geral, níveis mais elevados de autonomia e literacia institucional, enquanto que os participantes do sexo masculino apresentaram valores médios de respostas mais elevados nas perguntas relacionadas como a segurança e o transporte. Os projetos educativos analisados revelaram escassa referência aos processos de autonomização, o que representa um desafio à planificação estratégica das instituições.

Apesar de algumas conclusões interessantes e de dados importante para melhorar a adaptação e a consolidação do trabalho de autonomização de crianças e jovens em casas de acolhimento residencial (CAR), na conclusão constam algumas pistas para o trabalho futuro que poderá ser realizado neste âmbito.

Palavras-chave: autonomia, acolhimento residencial, competências, desigualdades de género

Abstract

The main aim of this thesis is to analyse and understand the existence of different developments in life skills in institutionalised young people, namely gender inequalities in this process. Based on a mixed approach, data was collected using the Life Skills Scale (Gonçalves, Macedo, Pinto & Azeredo, 2016) and by analysing institutional educational projects. A total of 38 young people aged between 16 and 22 took part and the educational projects of 7 residential care homes and autonomy flats were analysed.

The results revealed significant mastery by all participants of self-care skills, interpersonal relationships and digital literacy, but pointed to marked weaknesses in the areas of financial literacy, housing and access to social support. Female participants generally showed higher levels of autonomy and institutional literacy, while male participants had higher average responses to questions related to safety and transport. The educational projects analysed revealed little reference to autonomy processes, which represents a challenge for the strategic planning of institutions.

Despite some interesting conclusions and important data for improving the adaptation and consolidation of the work on the autonomisation of children and young people in residential care homes, the conclusion contains some pointers for future work that could be carried out in this area.

Keywords: autonomy, residential care, competences, gender inequalities

Résumé

L'objectif principal de cette thèse est d'analyser et de comprendre l'existence de différents développements des compétences de vie chez les jeunes institutionnalisés, notamment les inégalités de genre dans ce processus. Basée sur une approche mixte, les données ont été collectées à l'aide de l'échelle des compétences de vie (Gonçalves, Macedo, Pinto & Azeredo, 2016) et en analysant les projets éducatifs institutionnels. Au total, 38 jeunes âgés de 16 à 22 ans ont participé et les projets éducatifs de 7 foyers de vie et appartements d'autonomie ont été analysés.

Les résultats ont révélé une maîtrise significative par tous les participants des compétences d'autonomie, des relations interpersonnelles et de la culture numérique, mais ont mis en évidence des faiblesses marquées dans les domaines de la culture financière, du logement et de l'accès au soutien social. Les participantes ont généralement montré des niveaux plus élevés d'autonomie et d'alphabétisation institutionnelle, tandis que les participants masculins ont eu des réponses moyennes plus élevées aux questions relatives à la sécurité et au transport. Les projets éducatifs analysés font peu référence aux processus d'autonomie, ce qui représente un défi pour la planification stratégique des institutions.

Malgré quelques conclusions intéressantes et des données importantes pour améliorer l'adaptation et la consolidation du travail sur l'autonomisation des enfants et des jeunes dans les foyers de soins résidentiels, la conclusion contient quelques indications pour le travail futur qui pourrait être réalisé dans ce domaine.

Mots-clés: autonomie, soins résidentiels, compétences, inégalités de genre

Agradecimentos

Esta dissertação e o mestrado foram um caminho longo e por vezes duro, mas nunca foram solitários! E, por isso, quero agradecer do fundo do meu coração a todas as pessoas que me acompanharam neste percurso.

Em primeiro lugar a ti, Susana, companheira de vida. Obrigada por teres aturado tantos desabafos, tantos choros, tantas horas de trabalho... Obrigada por aguentarmos juntas esta fase de trabalhadoras-estudantes. Só nós sabemos o esforço e o sacrifício que estes tempos significaram..., mas também só nós sabemos o quão realizadas estamos ao acabar isto! A tua paciência, os teus incentivos, os teus mimos e o teu cuidado foram essenciais para eu concluir mais uma etapa! Obrigada por seres a minha mulher!

Um obrigada gigante também à minha família, muito especialmente ao meu núcleo duro (SM, papá e mano). Sei que a minha vocação de cuidado pelo próximo, de empatia e de respeito pelo outro na sua integridade começou convosco, começou em nossa casa e isso é algo que levo para sempre! Obrigada por apoiarem e acompanharem cada passo!

Aos meus amigos e amigas, que me mantiveram mentalmente sã, divertida e acompanhada ao longo destes anos. Em especial ao Jorge, à Isabel e aos Carimbos (Benny, Inês, Sara, Maria...): obrigada por me ouvirem, por me arrancarem sorrisos, por me questionarem, por me incentivarem e por me ensinarem a procurar as minhas próprias respostas, sempre com carinho, companheirismo e humor.

A todas as crianças, adolescentes e jovens com quem tive o privilégio de me cruzar, especialmente aos meus “miúdos e miúdas” da MarCha, do COJ e da CatAC: obrigada por me provarem que o amor educa e que o carinho cura! Não me canso de dizer: testemunhar o vosso crescimento é das coisas mais bonitas que já vivi na minha vida!

À minha orientadora, professora Idalina Machado (e também à professora Madalena Oliveira), obrigada pela orientação tranquila, cuidada e sempre disponível. E a todos os colegas com quem me cruzei ao longo da licenciatura e do mestrado obrigada pelas partilhas e pelos passos dados lado-a-lado, foi mais fácil fazer este caminho sabendo-me acompanhada e amparada por vocês.

Conteúdo

Resumo	i
Abstract	ii
Résumé	iii
Agradecimentos	iv
Lista de abreviaturas	vii
Lista de tabelas	viii
Introdução	1
Capítulo 1. Enquadramento teórico	3
1.1. Enquadramento legislativo	3
1.2. Preparação para a vida autónoma: desenvolvimento de competências	5
1.3. Competências para a vida e desigualdades de género	9
1.4. A importância das competências para a vida no processo de autonomização	11
Capítulo 2. Pressupostos metodológicos	13
2.1. Objeto de estudo e objetivos da pesquisa	13
2.2. Método	13
2.3. Técnicas de recolha de informação	14
2.4. Amostra e participantes	15
2.6. Procedimentos éticos	17
2.7. Tratamento de resultados	17
Capítulo 3. Análise de dados	19
3.1. Caracterização geral dos participantes	19
3.2. Leitura e discussão dos resultados do Questionário Escala de Competências de Vida	21
3.2.1. Competências de Vida Diária	21
3.2.2. Competências de Autocuidado	25
3.2.3. Competências de Relacionamento e Comunicação	30
3.2.4. Competências de Habitação e Gestão de Dinheiro	33
3.2.5. Competências de Trabalho e Estudos	39
3.2.6. Competências de Planeamento da Carreira e Educação	43
3.2.7. Competências de Projeção do Futuro	47
3.3. Discussão sobre os resultados da Escala de Competências para a Vida	51
3.4. O que nos dizem os Projetos Educativos?	53
Conclusão	58
Bibliografia	61
Anexo 1. Questionário “Escala de Competências para Vida”	66

Anexo 2. Autorização das autoras para a utilização da “Escala de Competências para Vida”	77
Anexo 3. Informação ao Participante	78

Lista de abreviaturas

CAR – Centro de Acolhimento Residencial

DL – Decreto Lei

C/J – Criança e/ou Jovem

CVD – Competências de Vida Diária

CA – Competências de Autocuidado

CRC -Competências de Relacionamento e Comunicação

CHGD – Competências de Habitação e Gestão de Dinheiro

CTE – Competências de Trabalho e Estudo

CPCE – Competências de Planeamento de Carreira e Educação

CPF – Competências de Projeção do Futuro

D.P. – desvio padrão

Média F – valor média das respostas das participantes do sexo feminino

Média M – valor média das respostas dos participantes do sexo masculino

IRS – Imposto sobre Rendimentos de Pessoas Singulares~

CLS – Casey Life Skills (Nolan *et al.*, 2000)

Lista de tabelas

Tabela 1. Dimensões contempladas na Escala de Competências de Vida	15
Tabela 2. Número de questionários respondidos	16
Tabela 3. Caracterização geral dos inquiridos	20
Tabela 4. Competências de Vida Diária (CVD) - resultados globais	22
Tabela 5. Competências de Vida Diária (CVD) - resultados por sexo	23
Tabela 6. Competências de autocuidado (CA) - resultados globais	26
Tabela 7. Competências de autocuidado (CA) - resultados por sexo	28
Tabela 8. Competências de relacionamento e comunicação (CRC) - resultados globais	30
Tabela 9. Competências de relacionamento e comunicação (CRC) - resultados por sexo	32
Tabela 10. Competências de Habitação e Gestão de Dinheiro - resultados globais.....	34
Tabela 11. Competências de Habitação e Gestão de Dinheiro - resultados por sexo....	37
Tabela 12. Competências de Trabalho e Estudos - resultados globais	40
Tabela 13. Competências de Trabalho e Estudos - resultados por sexo	42
Tabela 14. Competências de Planeamento da Carreira e Educação - resultados globais	43
Tabela 15. Competências de Planeamento da Carreira e Educação - resultados por sexo	46
Tabela 16. Competências de Projeção do Futuro - resultados globais	47
Tabela 17. Competências de Projeção do Futuro - resultados por sexo	50
Tabela 18. Presença ou ausência dos diferentes tipos de competências nos projetos educativos analisados	54

Introdução

A autonomização de jovens em acolhimento institucional constitui uma das mais complexas e exigentes transições da intervenção social, na medida em que implica não apenas o fim de um contexto do regime de proteção, mas também a construção progressiva de um projeto de vida independente. Num contexto em que a institucionalização deve ser, por natureza, transitória, torna-se essencial garantir que os jovens acolhidos adquiram um conjunto de competências que lhes permita enfrentar os desafios da vida adulta com segurança, responsabilidade e autonomia.

Esta dissertação surge da necessidade de compreender em que medida as casas de acolhimento preparam efetivamente os jovens para a vida autónoma e até que ponto as práticas desenvolvidas são sensíveis às desigualdades de género que, muitas vezes, se perpetuam de forma implícita no processo de socialização e crescimento dos jovens. A promoção das competências para a vida constitui assim um ponto essencial da intervenção educativa e social, devendo ser considerada uma responsabilidade partilhada por toda a equipa técnica e educativa das instituições, bem como de todos os agentes educativos que estão presentes quotidianamente na vida destes jovens (nomeadamente as referências presentes em ambiente escolar ou laboral, atividades lúdicas ou desportivas...).

Com base numa abordagem mista, este estudo procurou analisar o nível de desenvolvimento de competências para a vida em jovens institucionalizados e identificar eventuais assimetrias de género na forma como estas competências são adquiridas, promovidas e percebidas pelos mesmos. Pretendeu-se, igualmente, compreender se os projetos educativos das instituições refletem uma intencionalidade clara no que respeita à preparação dos jovens para a sua emancipação e se contemplam, de forma explícita, ações orientadas para a sua autonomia futura, bem como em que perfil de competências mais incidem.

Ao identificar fragilidades e potencialidades no processo de autonomização, pretende-se contribuir para a construção de respostas mais equitativas, integradas e eficazes, que respeitem a diversidade dos trajetos individuais e promovam a igualdade de oportunidades, independentemente do sexo ou género da pessoa em causa.

Deste modo, organizou-se o trabalho em 3 capítulos, alguns deles subdivididos em vários pontos. O primeiro capítulo é dedicado ao enquadramento teórico e legislativo, abordando o desenvolvimento de competências em jovens, com especial destaque para as competências para a vida e a sua relevância no processo de autonomização. São ainda discutidas as desigualdades de género enquanto fator que pode condicionar esse processo, assim como a importância de uma intervenção que promova a equidade e a capacitação individual.

O segundo capítulo apresenta os pressupostos metodológicos do estudo, bem como o objeto de investigação, os objetivos definidos, o método utilizado, as técnicas de recolha de dados, a caracterização da amostra, os procedimentos éticos seguidos e as estratégias de análise dos dados.

Por sua vez, o terceiro capítulo corresponde à análise e discussão dos resultados, iniciando-se com a caracterização dos participantes e seguindo-se a interpretação dos dados à luz do referencial teórico. Também neste capítulo são apresentadas e discutidas as análises aos Projetos Educativos analisados.

Por fim, na conclusão são revistas as principais ideias retiradas desta análise, apresentadas as principais limitações e potencialidades do trabalho desenvolvido, bem como pistas de desenvolvimento futuro. Termina-se com um conjunto de recomendações no domínio da preparação para a autonomia e desenvolvimento de competências.

Capítulo 1. Enquadramento teórico

Neste capítulo procedemos à revisão da literatura sobre os processos de preparação para a vida autónoma, muito particularmente no que concerne aos desafios vivenciados pelos/as jovens que se encontram acolhidos em casas de acolhimento residencial.

1.1. Enquadramento legislativo

A Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo (Decreto-Lei nº 147/99, de 1 de setembro, atualizado pela Lei nº 26/2018) define como, quando e de que forma se atua na proteção de crianças e jovens em perigo no nosso território. Esta lei, aprovada pela Assembleia da República, teve a sua primeira versão a 01 de setembro de 1999, com 4 atualizações desde então, sendo a última de maio de 2018.

Segundo o artigo 5º do Decreto-Lei nº 26/2018, criança ou jovem é “a pessoa com menos de 18 anos, ou a pessoa com menos de 21 anos que solicite a continuação da intervenção iniciada antes de atingir os 18 anos, e ainda a pessoa até aos 25 anos sempre que existam, e apenas enquanto duram processos educativos ou de formação profissional”.

Esta Lei estabelece as medidas de promoção dos direitos e de proteção das crianças e jovens que, de acordo com o artigo 34º, visam “afastar as crianças e jovens do perigo em que se encontram”, proporcionando as “condições necessárias para promover a sua segurança, saúde, formação, educação, bem-estar e desenvolvimento integral”, garantindo a sua recuperação de qualquer forma de abuso. As medidas de promoção e de proteção são diversas, abrangendo “medidas no meio natural de vida como o apoio junto dos pais ou de outro familiar, apoio para a autonomia de vida, confiança a pessoa idónea...; ou medidas de colocação como o acolhimento residencial ou o acolhimento familiar.” (art.º 5º do Decreto-Lei nº 26/2018).

O acolhimento residencial define-se pela colocação da criança ou jovem aos cuidados de casa de acolhimento, ou seja, uma instituição que disponha das condições adequadas e que tenha a capacidade de garantir as suas necessidades físicas, psíquicas, emocionais, e ao mesmo tempo, promover a sua educação, bem-estar e desenvolvimento integral (art.º 49º do Decreto-Lei nº 147/99).

As casas de acolhimento assumem diversos modelos, de modo a responder às várias necessidades e aos vários modelos de intervenção, tais como: casas de acolhimento especializadas para resposta a situações de emergência; casas de acolhimento para resposta a problemáticas, necessidades e terapêuticas específicas; apartamentos de autonomização.

Independentemente do contexto em que ocorre, o acolhimento residencial é uma medida transitória, visto que, por um lado, sempre se privilegia e se procura medidas de apoio em meio natural de vida e, por outro lado, esta medida termina, como todas as outras, quando o menor atinge os 18 anos (ou, exceccionalmente, até aos 21 ou 25).

Face a este carácter de transitoriedade, o acolhimento residencial pressupõe sempre a construção de um projeto de vida com a criança ou jovem. O projeto de vida “configura uma estratégia de intervenção da estrutura residencial em parceria com outros actores sociais, implicando fortemente com as crianças e jovens acolhidos e suas famílias, tendo como objectivo principal a sua desinstitucionalização segura” (ISS, 2003, p.104). Enquanto projeto deve ter em consideração as diferentes necessidades das crianças e jovens, nomeadamente no plano escolar, afetivo, relacional, entre outras dimensões (IDS, 2000).

Esse projeto de vida construído com, por e pela criança ou jovem pode passar pela autonomia de vida. O apoio à autonomia de vida é também uma medida prevista pelo Decreto-Lei nº147/99. Assim, e de acordo com o art.º 45 do referido Decreto-Lei, o apoio à autonomia de vida consiste em “proporcionar diretamente aos jovens com idade superior a 15 anos apoio económico e acompanhamento psicopedagógico e social, nomeadamente através do acesso a programas de formação, visando proporcionar-lhe condições que o habilitem e lhe permitam viver por si só e adquirir progressivamente autonomia de vida”.

Em 2008 foi aprovado o Decreto-Lei nº 12/2008, de 17 de janeiro, que visava regulamentar as medidas de promoção e proteção das crianças e jovens em perigo em meio natural de vida, no qual está inserida a medida de apoio para a autonomia de vida (capítulo IV do referido DL). Nele estão descritas, de forma pormenorizada, as finalidades, os requisitos e outras características desta medida em concreto.

A medida de apoio para a autonomia de vida implica que se tenham em consideração as competências e potencialidades do jovem, bem como a sua capacidade para potencializar todos os recursos de que dispõe. É necessário equacionar, igualmente, as expectativas e motivações concretas de cada jovem.

O conceito de autonomia nem sempre esteve presente na legislação e nem sempre foi uma preocupação em matéria de intervenção social em Portugal. Nos primeiros anos do Estado Social, prevalecia em Portugal uma abordagem assistencialista, onde predominava o esforço pela garantia das necessidades básicas dos cidadãos, mas não se tentava transformar as suas realidades ou contextos para serem capazes de sobreviver sem essa assistência.

Com a assinatura por mais de 190 países, em 1989, da Convenção sobre os Direitos das Crianças proposta pela Organização das Nações Unidas, as instituições e as entidades governamentais começaram a reconhecer nas crianças e nos jovens necessidades e particularidades que precisavam de ser atendidas de forma específica e particular, distinta da intervenção social com outros grupos.

Com a aprovação da Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo em Portugal (Decreto-Lei nº 147/99, de 1 de setembro, atualizado pela Lei nº 26/2018) foi dado mais um passo no sentido da integração do conceito de “proteção integral”, passando o foco a ser o do superior interesse do menor. Gradualmente, as opções deixaram apenas de ser a reintegração familiar ou a adoção, passando a proteção de menores a contemplar também outras hipóteses como a preparação gradual para a vida independente, conhecida como autonomização.

1.2. Preparação para a vida autónoma: desenvolvimento de competências

A preparação para a vida autónoma e independente implica o treino de um conjunto de competências diversas, umas tangíveis e outras intangíveis (Nolan *et al.*, 2000). As competências tangíveis, relacionadas com a autonomia funcional, são as fundamentais para a gestão da vida diária e incluem as atividades de gestão da casa, de gestão financeira, de utilização de transportes, de uso e procura de recursos de lazer, entre outras. Já as

competências intangíveis, relacionadas com a autonomia pessoal/relacional, remetendo para aspetos como a gestão das relações interpessoais, a tomada de decisão, a resolução de problemas, entre outros.

Peixoto (2023) considera que existem 22 dimensões principais a ser trabalhadas para a vida autónoma e independente: habilidades cognitivas; de gestão financeira (consciência da moedas, das transações e do seu papel de consumidor); de gestão da alimentação; de saúde; de emprego (procura ativa do mesmo e conhecimento das variáveis jurídico-legais a que está associada); habilidades de manutenção do trabalho (cumprimento dos horários, funções e comportamento adequado ao mesmo); de planeamento educacional; de habitação (procura e manutenção de uma habitação segura e adequada); de aparência e higiene pessoal; de serviços de limpeza domésticos; de transporte; de habilidades de emergência e segurança; de conhecimento dos recursos da comunidade (saber que serviços estão perto nas proximidades e como/quando usufruir dos mesmos); de habilidades pessoais (autoconhecimento, autogestão e autoestima); de habilidades interpessoais e sociais (compreender a importâncias das relações, adoção de comportamentos adequados e eficazes...); de habilidades legais; de retaguarda e apoio social; de família (compreender a estrutura complexa da família e as suas características e promover a construção da mesma); de atividades de lazer e desporto; de espiritualidade e/ou religião; de planeamento e projeção no futuro (elaboração de um contínuo projeto de vida e definição de objetivos); de recursos de aconselhamento e psicoterapêuticos.

Em contexto de acolhimento residencial devem ser asseguradas as condições para que as diversas competências e habilidades sejam adquiridas e treinadas de modo a corresponder às reais necessidades e expectativas das crianças e jovens e a contribuir para um processo de autonomização eficaz.

Embora o processo de autonomia esteja previsto e descrito na Lei e contenha alguns marcos teóricos, é algo muito pessoal e personalizado que “habilita dar direção à própria vida, definir objetivos, sentir-se competente, ser regulador das próprias ações, e implica curiosidade e descobertas” (Vicente & Lopes, 2021, p. 233). Assim sendo, e como o próprio nome indica, não é um acontecimento estanque ou imediato, mas envolve evolução, progresso e crescimento. O desenvolvimento emocional e relacional, bem

como o amadurecimento do pensamento crítico são componentes profundamente ligadas ao processo de independência e autonomização (Vicente & Lopes, 2021).

O modelo integrado de Noom, Dekovic e Meeus (2001) define que a autonomia e todas as suas componentes se podem agrupar em 3 grandes dimensões: a dimensão atitudinal, a dimensão emocional e a dimensão funcional.

A dimensão atitudinal refere-se ao estabelecimento de objetivos, bem como aos processos de decisão e comportamentos adotados. A dimensão emocional prende-se com a gestão de emoções, relações e autoestima, face às decisões previamente tomadas. Também nesta dimensão se incluem os valores, crenças e convicções de cada jovem. Por sua vez, a dimensão funcional concretiza-se no quotidiano e no desenvolvimento das tarefas e rotinas necessárias, e, “relativamente à C/J em contexto de acolhimento residencial, consideramos que na dimensão funcional importa considerar também a gestão do quotidiano, higiene, alimentação, mobilidade, habitação, cidadania e tecnologias da informação.” (Vicente & Lopes, 2021, p. 240).

Na dimensão emocional é crucial ter em conta a importância dos sentimentos como, por exemplo, a segurança, as convicções morais e políticas e os valores pessoais, tanto num sentido mais lato, bem como no sentido estrito (Vicente & Lopes, 2021).

Outros autores, como Reichert & Wagner (2007), defendem que os jovens ganham autonomia através de um processo de individualização em que a construção da identidade social é fundamental abrangendo três níveis: o cognitivo, o emocional e o funcional. O nível cognitivo diz respeito à capacidade de fazer as suas próprias escolhas, de refletir e de pensar sobre as suas ações e estabelecer objetivos para a sua vida. O nível emocional está relacionado com a definição de metas e objetivos por vontade própria e não exclusivamente influenciado pelos desejos de outros. O nível funcional relaciona-se com a capacidade para conseguir tomar decisões e resolver situações por si mesmo, concretizando os seus pensamentos e decisões em ações e atitudes.

É certo que o principal foco do processo de autonomia são os jovens que se encontram em acolhimento residencial, mas o trabalho realizado com e pelos mesmo e a forma como o mesmo é feito, é de extrema importância. Neste sentido, Costa, Tomás, Luís, Rodrigues,

Malheiro & Gonçalves (2015) concluíram que o processo do desenvolvimento da autonomia implica que esta seja internalizada e profundamente assimilada pelo jovem, sendo necessário que as equipas da casa de acolhimento estejam munidas da informação e formação adequadas para potenciar essa mesma autonomia.

As ações educativas e terapêuticas não podem depender do trabalho individual de apenas um profissional, mas sim do trabalho colaborativo em rede. A equipa técnica, que obviamente tem um papel de extrema importância e com um cariz mais técnico e científico, mas também a equipa educativa, aos cuidadores, aos professores e a todos os alunos envolvidos na educação e no quotidiano destes jovens. Todas as pessoas que, quotidianamente, se relacionam com as crianças e jovens podem constituir modelos de referência para os mesmo e fazem-no, consciente ou inconscientemente, através da sua personalidade, do seu temperamento e da sua forma de se expressar e de comunicar.

No entanto, para garantir uma intervenção de qualidade, é necessário que os adultos envolvidos nestes processos sejam pessoas “resolvidas que comuniquem de forma entendível e autêntica, de trato afetivo, e que sejam claros na definição dos limites.” (Vicente & Lopes, 2019, p. 237).

“Compreendemos então que numa intervenção de promoção e proteção existem sempre várias visões e mundos sociais em confronto: da instituição, das equipas técnica e educativa que a constituem, das crianças e jovens que acolhem, no geral e de cada um em particular, e os múltiplos olhares e visões do exterior, que interpenetram e influenciam os anteriores.” (CID, 2005; Gulbenkian, 2015, p. 9-10). Esta é a maior riqueza do trabalho em rede e um terreno imensamente fértil para abrir portas e oportunidades aos jovens.

Devemos olhar para o processo de autonomia não como algo estanque, fechado ou impermeável, mas sim como um todo dinâmico e mutável, onde coexistem diversos fatores, tanto individuais como ambientais, que condicionam o percurso de carreira e o processo de autonomização e que, constantemente, se influenciam e interagem. (Mendes e Oliveira, 2020).

Se as crianças e jovens socializam, comunicam e se relacionam em contextos sociais tão diferentes e numerosos e se todos eles incorporam ou assimilam diferentes valores e

conceitos “a socialização deve, pois, ser entendida como uma experiência integradora em continuum que leva à reconstrução permanente de experiências pessoais.” (Singly, 2005)

A promoção da autonomia em jovens institucionalizados em Portugal constitui um desafio multifacetado que envolve a integração de competências pessoais, sociais e funcionais, visando a sua plena inclusão na sociedade. Muitos jovens ainda apresentam dificuldades significativas na gestão de recursos e responsabilidades pessoais, áreas essenciais para uma transição bem-sucedida para a vida adulta (Gomes, 2019), apesar da maior atenção e esforço que se tem prestado aos processos de autonomia.

A investigação de Gaspar et al. (2015) destaca que as transições dos jovens adultos ex-institucionalizados são frequentemente marcadas por desafios relacionados à vinculação e ao suporte social, elementos cruciais para o fortalecimento da resiliência e da integração social. Além disso, a falta de programas estruturados e a escassez de formação específica para os profissionais das casas de acolhimento dificultam o desenvolvimento de competências de vida nos jovens, comprometendo a eficácia dos processos de autonomização (Marques, 2015).

Neste contexto, é imperativo que as instituições adotem abordagens integradas e baseadas em evidências, como o modelo bioecológico de Bronfenbrenner, que considera as múltiplas influências no desenvolvimento do jovem. A Plataforma PAJE - Apoio a Jovens (Ex)acolhidos exemplifica essa abordagem, oferecendo apoio contínuo e programas de formação que respeitam a individualidade de cada jovem, promovendo uma emancipação bem-sucedida e transições favoráveis para a inclusão social (Gaspar et al., 2015).

Portanto, a autonomização de jovens institucionalizados em Portugal requer uma articulação eficaz entre políticas públicas, práticas institucionais e apoio social, com foco no desenvolvimento de competências essenciais e na promoção de vínculos afetivos seguros, fundamentais para a construção de um projeto de vida autónomo e integrado.

1.3. Competências para a vida e desigualdades de género

Para além da análise global do desenvolvimento das competências em jovens institucionalizados/as, este trabalho pretende abordar, igualmente, o impacto das

construções sociais e estereótipos de género na auto percepção desses/as jovens, bem como compreender se o género influencia o modo como se processa o desenvolvimento das competências.

Sendo as casas de acolhimento contextos responsáveis pela socialização das crianças e jovens que acolhem, importa perceber como procedem no domínio da preparação em matéria de competências e de habilidades, e se as práticas são diferenciadas em função do género.

Tendo já um passado histórico, os padrões de género nas tarefas domésticas são uma realidade bem concreta e várias vezes estudados. As mulheres vêm a si associadas as tarefas interiores de cuidado da casa, como cozinhar, tratar da limpeza dos espaços, a (complexa) gestão da lavagem da roupa, as compras dos bens alimentares, entre outras, sendo estas as tarefas mais rotineiras e com maior exigência de tempo. Por sua vez, os homens têm a seu cargo os cuidados exteriores da casa como a jardinagem, manutenção dos automóveis e algumas tarefas financeiras (Perista, 2002; Poeschl, 2000, Ribeiro *et al.*, 2015). Estas diferenças prendem-se com processos de socialização, frequentemente os que ocorrem no seio da família, que tendem a acentuar a aprendizagem e treino de determinado tipo de competências e habilidades pelas pessoas de sexo feminino e menos pelas pessoas de sexo masculino.

As diferenças sentem-se em diferentes contextos: no mundo laboral, por exemplo, embora existam cada vez mais mulheres com níveis de instrução elevados e competentes, os homens continuam a ter presença maioritária em cargos de chefia e de gestão. Porém, e ainda que presentes numa parte significativa das atividades económicas, são as mulheres quem acumula quase na totalidade a vida profissional com a responsabilidade das tarefas domésticas tradicionais (Martins, Sebastião, Abrantes e Rodrigues, 2018).

Estas diferenças estão tão entranhadas e assimiladas pelos agentes sociais que são frequentemente entendidas como diferenças biológicas. Mas a verdade está longe disso. Já em 1993, Spence e Bem começaram a estudar estas questões e chegaram à conclusão de que os estereótipos de género e os papéis assumidos tendo por bases esses estereótipos são meramente sociais e muito difíceis de ser cumpridos na totalidade, pois como dizem Spence e Bem (1993) as pessoas não exibem todas as características, atitudes ou

comportamentos associados aos estereótipos do seu género, podem até expressar características associadas ao oposto.

Esta divisão dos seres humanos em dois géneros, baseada exclusivamente no sexo biológico de nascença afeta o comportamento de todos, ensinados e forçados a agir coerentemente com as expectativas e papéis que lhes são impostas. Afeta também o modo como as pessoas se relacionam com os outros e como interpretam as suas ações, já que a tendência é para “atribuir as diferenças do seu comportamento ao sexo e não ao contexto” (Joel & Vikhanski, 2020, p. 101). Vários estudos da área de psicologia e ciências sociais demonstram que estes estereótipos estão intrínsecos e de tal modo enraizados que são extremamente difíceis de mudar (Joel & Vikhanski, 2020).

Sendo as casas de acolhimento contextos responsáveis pela socialização das crianças e jovens que acolhem, importa perceber como procedem no domínio da preparação em matéria de competências e de habilidades, para percebemos se este trabalho de algum modo replica e dá continuidade aos padrões de género, ou se caminha num sentido de maior justiça e equidade de oportunidades, de tarefas e de valores.

1.4. A importância das competências para a vida no processo de autonomização

Barros (2021) afirma que alguns estudos destacam que a promoção de competências práticas e sociais durante o acolhimento pode melhorar significativamente as condições de vida desses jovens ao deixarem as instituições. Barros (2021) sublinha também a importância de intervenções estruturadas, que possibilitem a aquisição de habilidades essenciais para a independência, evidenciando resultados positivos em contextos institucionais portugueses. Da mesma forma, Siqueira et al. (2018) aponta que o suporte institucional, aliado a políticas públicas específicas, é indispensável para reduzir a vulnerabilidade social durante a emancipação, enfatizando a necessidade de programas de tutoria, habitação assistida e acompanhamento psicológico. Essas iniciativas não apenas fortalecem a autonomia, mas também promovem o bem-estar e a integração social dos jovens.

A transição de jovens institucionalizados para a vida adulta e independente representa um processo complexo e desafiador, que exige o desenvolvimento de diversas competências, tanto práticas quanto emocionais. A falta de apoio contínuo após a emancipação, aliada à

escassez de políticas públicas específicas para essa transição, tem sido apontada como uma das principais barreiras que esses jovens encontram, o que compromete as suas possibilidades de sucesso na vida adulta (Siqueira et al, 2018).

Além disso, o estudo de Mendes e Oliveira (2020) destaca como a autonomia é abordada nas instituições de acolhimento, evidenciando que as práticas institucionais ainda têm limitações, especialmente no que diz respeito à adequação das metodologias aplicadas para garantir que os jovens adquiram, de facto, as competências necessárias para uma vida independente. A pesquisa também aponta para a importância dos discursos institucionais sobre o que é ser "autônomo", sendo que muitos jovens têm uma visão mais complexa sobre essa questão, marcada por dificuldades práticas e emocionais que ainda precisam ser superadas. A autonomia não é apenas uma questão de gestão financeira ou habilidades domésticas, mas também envolve uma construção identitária e a capacidade de estabelecer e manter relacionamentos saudáveis.

Tanto Siqueira et al (2018). como Mendes e Oliveira (2020), ressaltam que, para garantir o sucesso da autonomização, é essencial que o processo seja apoiado por políticas públicas mais estruturadas, programas de tutoria e um acompanhamento contínuo, que ofereçam suporte emocional e prático para os jovens após sua saída das instituições. Além disso, é fundamental que as práticas de autonomização nas instituições sejam mais personalizadas e sensíveis às necessidades individuais dos jovens, com o objetivo de promover uma verdadeira integração social e profissional.

Capítulo 2. Pressupostos metodológicos

Neste capítulo explicitamos os principais procedimentos do ponto de vista metodológico que nortearam o trabalho de pesquisa desenvolvido.

2.1. Objeto de estudo e objetivos da pesquisa

Partindo do enquadramento teórico apresentado, a pesquisa que se desenvolveu centrou-se, então, na análise da aquisição e desenvolvimento de competências para a vida por parte de jovens institucionalizados.

A pesquisa norteou-se pelas seguintes questões de partida:

- Em que medida são trabalhadas as competências e habilidades para a vida autónoma nas casas de acolhimento de crianças e jovens?
- Sendo as casas de acolhimento contextos de socialização primária, contribuirão para a reprodução de estereótipos de género através do processo de aprendizagem e treino de competências e habilidade para a vida autónoma?

Do ponto de vista dos objetivos principais, pretendeu-se:

- a) analisar qual o nível de autonomia alcançado pelos adolescentes e jovens institucionalizados em várias competências e habilidades;
- b) analisar o grau de operacionalização das competências e das habilidades apreendidas;
- c) verificar se existem diferenças no processo de aquisição e desenvolvimento de competências entre jovens do sexo masculino e jovens de sexo feminino, de modo a perceber se os estereótipos e papéis de género podem estar a ser, de alguma forma, reproduzidos ou alimentados de forma estrutural e não intencional.

2.2. Método

O método corresponde ao conjunto de procedimentos específicos utilizados para recolha e análise de dados numa pesquisa, ou seja, é a abordagem prática escolhida para responder às questões de pesquisa. De acordo com Fuchs et al. (2019), o método é “o caminho pelo qual um pesquisador organiza e coleta dados para gerar conhecimento” (p. 12). O estudo que realizamos é de natureza exploratória e enquadra-se numa abordagem mista

(Cresswell & Clark, 2007), mais concretamente naquilo que os autores classificam como “*embedded design*”. Neste caso, o estudo tem uma componente principal de natureza quantitativa à qual se aliou, como complemento, uma componente, menos relevante, de dados qualitativos.

2.3. Técnicas de recolha de informação

A técnica de recolha de dados foi o questionário autoadministrado online¹. A opção pelo questionário autoadministrado em formato online assentou num conjunto de razões: em primeiro lugar, porque permitia alcançar o maior número de casas de acolhimento ou outras respostas similares, e, conseqüentemente, um maior número de jovens; em segundo lugar, porque é mais flexível em matéria de aplicação e garante maior privacidade no momento do seu preenchimento.

O questionário era composto por duas secções principais: a primeira relativa a um conjunto de perguntas de caracterização sociodemográfica e a segunda corresponde à Escala de Competências de Vida (Gonçalves, Macedo, Pinto & Azeredo, 2016), versão portuguesa (traduzida e adaptada)² do Casey Life Skills (Nolan *et al.*, 2000). contabilizando um total de 113 questões, distribu+idas em sete dimensões

¹ Ver modelo de questionário em Anexo 1.

² Ver autorização das autoras para o uso da versão portuguesa da Escala em Anexo 2.

Tabela 1. Dimensões contempladas na Escala de Competências de Vida

Competências de Vida Diária (CVD)	Dezoito questões relacionadas com a gestão da vida quotidiana, nomeadamente: planear e preparar refeições, limpar e manter uma casa e usar a internet nas suas funções mais básicas.
Competências de Autocuidado (CA)	Dezoito questões referentes ao desenvolvimento saudável físico e emocional, bem como higiene básica, cuidados primários de saúde e prevenção de gravidez.
Competências de Relacionamento e Comunicação (CRC)	Dezassete perguntas sobre manutenção de relacionamentos saudáveis, relações com adultos de confiança e capacidade de expressão.
Competências de Habitação e Gestão de Dinheiro (CHGD)	Vinte e três questões sobre gestão financeira, utilização de contas bancárias e capacidade de organizar gastos e poupanças dentro do orçamento disponível.
Competências de Trabalho e Estudos (CTE)	Vinte e um itens referentes a noções sobre o mercado de trabalho, documentos legais e hábitos de estudo/gestão de tempo e tarefas.
Competências de Planeamento de Carreira e Educação (CPCE)	Nove questões sobre elaboração de projetos futuros e próximos passos, bem como capacidade de procurar apoio para tal.
Competências de Projeção do Futuro (CPF)	Oito últimas questões sobre sentimentos e expectativas em relação à vida futura e ao protagonismo pessoal na própria história.

Para além do questionário, recorreu-se ainda, de forma complementar, à pesquisa documental e respetiva análise de conteúdo dos documentos recolhidos. Para o efeito, a pesquisa documental recaiu sobre os Projetos Educativos de casas de acolhimento.

2.4. Amostra e participantes

Para participar na pesquisa, os potenciais inquiridos teriam de estar institucionalizados e ter 16 anos ou mais anos de idade³, uma vez que é a partir dessa idade que os processos de autonomia ganham mais significado e começam a ser implementados.

³ A escolha da idade mínima de 16 anos prende-se com as próprias características do processo de desenvolvimento. Segundo Erik Erikson, nas suas obras *Childhood and society* (1950) e *Identity: Youth and crisis* (1963), os adolescentes e jovens passam por duas fases de desenvolvimento: identidade *versus* confusão de papéis e intimidade *versus* isolamento.

A primeira fase ocorre essencialmente na adolescência, aproximadamente entre os 12 e os 18 anos de idade (Erikson, 1963) e define-se pela procura da identidade pessoal, bem como a definição das crenças e valores basilares da identidade do indivíduo. A vivência saudável desta fase é crucial para a formação de uma personalidade estável e coerente, sendo que falhas ou lacunas nesta vivência se podem revelar em insegurança e dificuldade na tomada de decisões futuras (Erikson, 1963).

Nos anos seguintes, aproximadamente entre os 19 e os 25 anos de idade, ocorre outro estágio definido por intimidade *versus* isolamento. Após consolidar a identidade, o indivíduo está mais preparado para estabelecer relações íntimas e duradouras com outras pessoas e o grande desafio é então a capacidade de se comprometer e relacionar com outros de forma autêntica e profunda, sem perder o seu sentido de individualidade (Papalia & Feldman, 2013).

Foram contactadas cerca de 250 casas de acolhimento residencial e apartamentos de autonomização, distribuídas pela totalidade dos distritos de Portugal Continental e também nas regiões autónomas da Madeira e dos Açores. O contacto com as instituições foi feito via telefone, num primeiro momento, e depois via email no qual se explicava a pesquisa e se solicitava a sua colaboração. Cada instituição foi contactada pelo menos três vezes.

No total foram obtidos 38 inquéritos válidos, tendo os inquiridos idades entre os 16 e os 22 anos, distribuídos pelos distritos de Braga, Bragança, Coimbra, Guarda, Lisboa, Porto, Santarém e da Região Autónoma dos Açores, como representado na tabela 2.

Tabela 2. *Número de questionários respondidos*

Distrito	Nº de inquéritos obtidos	% face ao total
Braga	5	13,2
Bragança	1	2,6
Coimbra	7	18,4
Guarda	1	2,6
Lisboa	2	5,3
Porto	13	34,2
Santarém	2	5,3
Região Autónoma dos Açores	7	18,4
TOTAL	38	100

2.5. Condições de recolha de dados

O questionário esteve aberto para resposta de março de 2024 a dezembro de 2025 e, apesar de contactadas cerca de 250 instituições, as respostas obtidas ficam aquém daquilo que seria expectável. Um dos possíveis motivos para a reduzida participação dos jovens prende-se com a dimensão do questionário já que contemplava cerca de 123 perguntas, divididas entre a recolha de dados sociodemográficos e as 7 categorias de competências da Escala, a que correspondia um tempo estimado de resposta entre 30 e 40 minutos.

Uma das perguntas da Escala de Competências de Vida (Gonçalves, Macedo, Pinto & Azeredo, 2016), versão portuguesa traduzida e adaptada do Casey Life Skills (Nolan *et al.*, 2000) não consta no questionário online aplicado aos participantes, por lapso na criação do instrumento online. O item das CVD "*Quando vou às compras de comida, eu*

faço uma lista e comparo preços" não foi incluído e está repetida a pergunta "Um adulto que eu conheço, para além do técnico/gestor de referência, contacta-me para saber como eu estou regularmente". Com tal, nas tabelas 4 e 5 esta pergunta apresenta o valor de zero em todas as respostas.

A pesquisa dos projetos educativos foi difícil e longa, pois são raras as instituições que apresentam este documento ou, pelo menos, que o disponibilizam online, tanto no seu website oficial ou em qualquer outra plataforma. Assim, e embora a Portaria n.º 450/2023 obrigue à sua existência, foi difícil o acesso. No total tivemos acesso a sete projetos de instituições distribuídas pelas regiões do Norte (cinco documentos), do Alentejo (um documento) e dos Açores (um documento).

2.6. Procedimentos éticos

Do ponto de vista ético, o projeto foi submetido à Comissão de Ética do Instituto Superior de Serviço Social do Porto, tendo obtido parecer positivo, identificado com a referência número 3/2024. Deste modo, todo o trabalho desenvolvido cumpre integralmente os principais pressupostos éticos da investigação científica: todos os participantes receberam um documento de informação⁴, consentiram de livre vontade na participação no estudo, nenhuma informação recolhida e apresentada permite a identificação dos jovens ou das instituições.

2.7. Tratamento de resultados

Para o tratamento e análise dos dados recolhidos via questionário usou-se o Excel e o IBM® SPSS® Statistics for Windows, versão 30.0 (IBM Corp., Armonk, N.Y., USA). Tratando-se de um estudo de natureza exploratória, apenas foi feita uma análise descritiva das variáveis de caracterização sociodemográfica e para os diferentes itens da escala nas suas diversas dimensões.

Recorreu-se a uma metodologia de análise quantitativa com base nos valores médios de resposta, sendo o valor mínimo 1 e ou valor máximo 5 e os valores de desvio padrão. Foram analisadas as sete dimensões de competências em separado e dentro de cada uma delas foram analisados os dados totais e, posteriormente, os dados por sexo dos participantes, feminino e masculino.

⁴ Ver documento de Informação ao Participante em Anexo 3.

Quanto aos projetos educativos, procedeu-se a uma análise de conteúdo temática. A análise dos projetos trouxe algumas dificuldades devido, nomeadamente:

- a) os projetos educativos são, na sua maioria, relativos à instituição e não à resposta específica da casa de acolhimento ou do apartamento de autonomia;
- b) são escassas as referências diretas aos processos de autonomia ou às capacidades neles trabalhadas.

Assim, encontramos documentos que apresentam um projeto educativo para realidades muito diferentes como é o caso de um jardim de infância e uma casa de acolhimento, ou mesmo o caso de uma estrutura residencial para pessoas idosas e uma CAR.

Capítulo 3. Análise de dados

3.1. Caracterização geral dos participantes

Como referimos anteriormente, foram obtidas 38 respostas de jovens residentes em casas de acolhimento do país. A maior parte dos jovens que participaram na pesquisa (57,9%), e como se pode constatar pela tabela 3, encontra-se a residir numa casa de acolhimento na Região Norte do país, estando os restantes distribuídos pelas restantes regiões: Região Centro com 15,8%, Região da Grande Lisboa com 13,2%, Região do Oeste e Vale do Tejo e Região Autónoma dos Açores com 5,3% cada uma. Apenas um inquirido não indicou a região na qual se localiza a casa de acolhimento.

Relativamente às restantes variáveis de caracterização geral, e como podemos verificar na mesma tabela, no que respeita ao sexo, 60,5% (23 respostas) dos participantes são do sexo masculino, 36,8% (14 respostas) do sexo feminino e 2,6% (1 resposta) preferiu não identificar o seu sexo. Quanto ao género com o qual se identifica, 55% (21 respostas) referem identificar-se com o masculino, 39,5% com o feminino, um inquirido com outro e um inquirido preferiu não responder.

Quanto à idade, esta varia entre um mínimo de 16 e um máximo de 22 anos de idade, com uma média de 18 anos e D.P. de 2. Globalmente, 79% dos inquiridos situam-se na faixa etária dos 16-18 anos e os restantes 21% na faixa dos 19-22 anos. Em termos de ocupação, e como seria expectável, a maioria dos inquiridos (94,7%) está a estudar, e apenas 5,3% (2 casos) estão a trabalhar.

Relativamente ao tempo de residência na casa de acolhimento, as respostas variam entre permanências mais longas e menos longas: 21,1% está na casa de acolhimento há menos de 1 ano, 36,8% entre 1 a 3 anos, 10,5% há mais de 3 e até 5 anos e os restantes 31,6% há mais de 5 anos. É de destacar, igualmente, que dos que têm irmãos/irmãs (34 inquiridos), 20,6% têm irmãos/irmãs a residir na mesma casa de acolhimento e 38,2% têm irmãos/irmãs que residem com a família. Finalmente, apenas 3 inquiridos (7,9%) indica não ter contacto com os pais ou outros familiares.

Tabela 3. Caracterização geral dos inquiridos

		Inquiridos	
		N	%
Sexo	Masculino	23	60,5
	Feminino	14	36,8
	Prefiro não dizer	1	2,6
	<i>Total</i>	38	100
Género com o qual se identifica	Masculino	21	55,3
	Feminino	15	39,5
	Prefiro não dizer	1	2,6
	Outro	1	2,6
	<i>Total</i>	38	100
Grupo etário	16-18 anos	30	79,0
	19-22 anos	8	21,0
	<i>Total</i>	38	100
Média = 18; D.P. ⁵ = 2			
Ocupação	Estudante	36	94,7
	Trabalhador/a	2	5,3
	<i>Total</i>	38	100
Local de residência (casa de acolhimento)	Região Norte	22	57,9
	Região Centro	6	15,8
	Região do Oeste e Vale do Tejo	2	5,3
	Região da Grande Lisboa	5	13,2
	Região Autónoma dos Açores	2	5,3
	NR	1	2,6
	<i>Total</i>	38	100
Tempo de residência em casa de acolhimento	Menos de 1 ano	8	21,1
	De 1 a 3 anos	14	36,8
	Mais de 3 e até 5 anos	4	10,5
	Mais de 5 anos	12	31,6
	<i>Total</i>	38	100
Contacto com pais ou outros familiares	Sim	35	92,1
	Não	3	7,9
	<i>Total</i>	38	100
Tem irmãos e/ou irmãs	Sim	34	89,5
	Não	4	10,5
	<i>Total</i>	38	100
Onde vivem os irmãos/irmãs	Vive(m) na mesma casa de acolhimento	7	20,6
	Vive(m) com a nossa família	13	38,2
	Vive(m) de forma autónoma	7	20,6
	Outra situação	7	20,6
	<i>Total</i>	34	100

Fonte: Inquérito Competências para a Vida, 2024.

3.2. Leitura e discussão dos resultados do Questionário Escala de Competências de Vida

Neste ponto faremos a análise detalhada das respostas dos inquiridos à Escala de Competências de Vida desgregando os resultados para cada uma das dimensões da escala e por sexo do inquirido⁶.

3.2.1. Competências de Vida Diária

Globalmente, e como se pode na tabela 4, os resultados das competências de vida diária evidenciam um domínio globalmente positivo por parte dos participantes, uma vez que a maioria das perguntas obteve uma respostas média na casa de 4, numa escala de 1 a 5.

As competências digitais e tecnológicas da ótica do utilizador (itens 1, 2 e 3) apresentam respostas particularmente consolidadas, sendo que questões como “Eu sei como aceder à internet” (Média = 4,9; D.P. = 0,65), “Eu sei como usar a minha conta de email” (Média = 4,8; D.P. = 0,80) e “Eu consigo encontrar o que quero na internet” (Média = 4,7; D.P. = 0,87) destacam-se pelas médias elevadas e desvios padrão relativamente baixos, mostrando alguma homogeneidade das respostas neste contexto.

O valor das respostas baixa ligeiramente nas questões de segurança e responsabilidade online, ainda que as médias continuem fortemente positivas. Perguntas como “Eu conheço os riscos de me encontrar com uma pessoa que conheci online” (Média = 4,7; D.P. = 0,90) e “Se alguém me enviar mensagens online que me façam sentir mal ou com medo, eu saberei o que fazer ou a quem contar” (Média = 4,6; D.P. = 1,06) sugerem uma consciência crítica e uma utilização consciente em relação aos perigos digitais, ainda que a os desvios padrão já sejam mais significativos.

⁶ Apenas foram consideradas 37 respostas pois um inquirido não respondeu à questão do sexo.

Tabela 4. *Competências de Vida Diária (CVD) - resultados globais*

CVD - Itens	TOTAL				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
1.Eu sei como aceder à internet	38	1	5	4,9	0,65
2.Eu consigo encontrar o que quero na internet	38	1	5	4,7	0,87
3.Eu sei como usar a minha conta de email	38	1	5	4,8	0,80
4.Eu sei criar, guardar, imprimir e enviar documentos do computador	38	1	5	4,4	1,20
5.Eu conheço os riscos de me encontrar com uma pessoa que conheci online	38	1	5	4,7	0,90
6.Eu não faria publicações de fotografias ou mensagens se eu pensasse que iriam magoar os sentimentos de alguém	38	1	5	3,9	1,62
7.Se alguém me enviar mensagens online que me façam sentir mal ou com medo, eu saberei o que fazer ou a quem contar	38	1	5	4,6	1,06
8.Eu conheço pelo menos um adulto, para além do técnico/gestor de referência, que iria atender um telefonema meu a meio da noite se eu tivesse uma emergência	38	1	5	4,7	0,96
9.Um adulto que eu conheço, para além do técnico/gestor de referência, contacta-me para saber como eu estou regularmente	38	1	5	4,4	1,03
10. Quando vou às compras de comida, eu faço uma lista e comparo preços.	0	0	0	0	0
11.Eu consigo fazer refeições com ou sem receita	38	1	5	3,7	1,51
12.Eu penso sobre a minha alimentação e qual o impacto na minha saúde	38	1	5	3,8	1,44
13.Eu sei ler o conteúdo dos rótulos de produtos alimentares relativos à quantidade de gordura, sal e calorias dos alimentos	38	1	5	4,1	1,38
14.Eu sei como lavar a minha roupa na máquina	38	1	5	4,2	1,50
15.Eu mantenho o espaço onde vivo limpo	38	1	5	4,5	0,95
16.Eu sei que produtos de limpeza devo usar nas diferentes áreas da casa, designadamente na cozinha e na casa de banho	38	1	5	4,5	1,16
17.Eu sei passar a ferro	38	1	5	4,3	1,32
18.Eu sei como usar um extintor	38	1	5	2,9	1,82

Nota: Por erro na construção do formulário o item 10 não foi integrado, pelo que não há respostas para o mesmo.

Fonte: *Inquérito Competências para a Vida, 2024.*

De destacar, igualmente pelas médias elevadas, embora com alguma variabilidade no D.P. são as questões relacionadas com a dimensão mais relacional: “Eu conheço pelo menos um adulto, para além do técnico/gestor de referência, que iria atender um telefonema meu a meio da noite se eu tivesse uma emergência” (Média = 4,7; D. P. = 0,96) e “Um adulto que eu conheço, para além do técnico/gestor de referência, contacta-

me para saber como eu estou regularmente” (Média = 4,4; D.P. = 1,03). As respostas demonstram que a dimensão relacional, mesmo que fora da rede técnica das casas de acolhimento e apartamentos de autonomização, é existente e pode ser significativa.

Em contrapartida, algumas competências associadas ao cuidado pessoal e à alimentação revelam médias mais moderadas. Por exemplo, “Eu consigo fazer refeições com ou sem receita” (Média = 3,7; D.P. = 1,51) e “Eu penso sobre a minha alimentação e qual o impacto na minha saúde” (Média = 3,8; D.P. = 1,44) sugerem áreas com maior necessidade de trabalho e orientação. A amplitude dos desvios padrão nestas questões indica uma maior diferença e heterogeneidade nas experiências e nas rotinas. Do mesmo modo, e embora com médias superiores a 4, os restantes itens relacionados com o tratamento e limpeza de espaços e roupas (14, 15, 16 e 17) apresentam igualmente D.P. importantes.

Finalmente, destaca-se negativamente a pergunta “Eu sei como usar um extintor” (Média = 2,9; D.P. = 1,82) com tendo a média de respostas mais negativa, ainda que o desvio padrão seja dos maiores. Este resultado faz-nos questionar sobre o conhecimento ou a familiaridade com os procedimentos básicos de segurança.

A análise dos dados tendo por base o sexo dos inquiridos, evidencia algumas diferenças nas perceções e conhecimentos dos inquiridos.

Em termos globais, as inquiridas do sexo feminino tendem a apresentar médias ligeiramente superiores, particularmente nas perguntas relativas a algumas tarefas domésticas e à identificação/regulação das emoções.

Tabela 5. *Competências de Vida Diária (CVD) - resultados por sexo*

	Sexo Masculino					Sexo Feminino				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
1.Eu sei como aceder à internet	23	1	5	4,8	0,83	14	5	5	5,0	0,00
2.Eu consigo encontrar o que quero na internet	23	1	5	4,6	1,08	14	4	5	4,9	0,27
3.Eu sei como usar a minha conta de email	23	1	5	4,8	0,83	14	2	5	4,8	0,80
4.Eu sei criar, guardar, imprimir e enviar documentos do computador	23	1	5	4,5	1,27	14	2	5	4,6	0,94
5.Eu conheço os riscos de me encontrar com uma pessoa que conheci online	23	1	5	4,5	1,12	14	5	5	5,0	0,00
6.Eu não faria publicações de fotografias ou mensagens se eu pensasse que iriam magoar os sentimentos de alguém	23	1	5	3,6	1,70	14	1	5	4,6	1,08
7.Se alguém me enviar mensagens online que me façam sentir mal ou com medo, eu saberei o que fazer ou a quem contar	23	1	5	4,7	0,93	14	1	5	4,6	1,08
8.Eu conheço pelo menos um adulto, para além do técnico/gestor de referência, que iria atender um telefonema meu a meio da noite se eu tivesse uma emergência	23	1	5	4,5	1,20	14	5	5	5,0	0,00
9.Um adulto que eu conheço, para além do técnico/gestor de referência, contacta-me para saber como eu estou regularmente	23	1	5	4,3	1,18	14	3	5	4,6	0,74
10. Quando vou às compras de comida, eu faço uma lista e comparo preços.	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
11.Eu consigo fazer refeições com ou sem receita	23	1	5	3	2,00	14	1	5	4	1,00
12.Eu penso sobre a minha alimentação e qual o impacto na minha saúde	23	1	5	3,4	1,56	14	3	5	4,6	0,74
13.Eu sei ler o conteúdo dos rótulos de produtos alimentares relativos à quantidade de gordura, sal e calorias dos alimentos	23	1	5	4,0	1,52	14	1	5	4,5	1,09
14.Eu sei como lavar a minha roupa na máquina	23	1	5	3,9	1,78	14	3	5	4,7	0,73
15.Eu mantenho o espaço onde vivo limpo	23	1	5	4,4	0,99	14	2	5	4,6	0,94
16.Eu sei que produtos de limpeza devo usar nas diferentes áreas da casa, designadamente na cozinha e na casa de banho	23	1	5	4,4	1,37	14	3	5	4,7	0,73
17.Eu sei passar a ferro	23	1	5	4,1	1,56	14	3	5	4,7	0,73
18.Eu sei como usar um extintor	23	1	5	3,2	1,83	14	1	5	2,6	1,79

Fonte: *Inquérito Competências para a Vida, 2024.*

Nas competências digitais básicas, ambos os sexos responderam com pontuação muito elevada, tendo médias muito próximas ou mesmo iguais. No entanto, observa-se uma ligeira vantagem das inquiridas de sexo feminino, nomeadamente no item “Eu sei como aceder à internet”, onde a média é de 5,0 (D.P. = 0,00), contrastando com a média de 4,8 (D.P. = 0,83) dos inquiridos de sexo masculino. É de ressaltar que a diferença se acentua de forma muito expressiva nas questões relativas à ética no uso das plataformas online. Na pergunta “Eu não faria publicações que magoassem alguém”, a média das inquiridas de sexo feminino (Média = 4,6; D.P = 1,08) é visivelmente mais elevada do que a dos inquiridos de sexo masculino (Média = 3,6; D.P = 1,7). Esta diferença pode sugerir mais empatia ou cuidado na utilização feminina da internet, ou ser reflexo de diferentes níveis de sensibilidade ética no uso das redes sociais.

No contexto de autocuidado e de vida doméstica, as diferenças aumentam ainda mais. As inquiridas de sexo feminino demonstram maior competência em tarefas como “fazer refeições com ou sem receita” (Média F = 4; D.P. = 1 vs. Média M = 3; D.P. = 2) e “lavar roupa na máquina” (Média F = 4,7; D.P. = 0,73 vs. Média M = 3,9; D.P. = 1,78), com desvios padrão mais baixos, indicando maior coerência e estabilidade entre as respostas. Estas diferenças podem ser interpretadas à luz de fatores culturais ou familiares, que historicamente atribuem às pessoas de género feminino um maior envolvimento em tarefas domésticas, como iremos explorar mais à frente.

Curiosamente, na questão “Eu sei como usar um extintor”, observa-se uma inversão desta tendência: são os inquiridos de sexo masculino os que apresentam a média mais elevada (Média = 3,2; D.P = 1,83) em comparação com as inquiridas de sexo feminino (Média = 2,6; D.P.= 1,79), embora ambas as médias sejam de certa forma baixas. Este resultado sugere que o conhecimento deste procedimento de segurança básica é globalmente limitado, ainda que esteja ligeiramente mais presente entre o sexo masculino, possivelmente por uma maior exposição a contextos práticos.

Em termos de rede de apoio, o sexo feminino volta a destacar-se, apresentando médias mais elevadas e desvios padrão mais reduzidos nas perguntas relacionadas com a existência de adultos de referência que acompanhem ou possam acompanhar o seu quotidiano. Por exemplo, na pergunta “Um adulto contacta-me para saber como estou

regularmente”, a média para o sexo feminino é de 4,6 com um D.P. de 0,74, enquanto a do sexo masculino é de 4,3 mas com um D.P. de 1,18.

De forma geral, esta análise revela que, embora ambos os sexos demonstrem competências maioritariamente positivas nas Competências de Vida Diária, os inquiridos de sexo feminino tendem a apresentar uma maior consistência e pontuações superiores em áreas que envolvem autocuidado, consciência social e suporte relacional, enquanto os inquiridos de sexo masculino evidenciam um desempenho ligeiramente mais elevado em competências pontuais associadas à segurança.

3.2.2. Competências de Autocuidado

A análise dos dados relativos a esta categoria evidencia que, de forma geral, as respostas são bem classificadas entre os participantes no que diz respeito a práticas básicas de higiene, saúde preventiva e segurança pessoal. No entanto, também se observam algumas falhas em questões importantes como o acesso a serviços de apoio social e/ou de saúde, como iremos explorar em seguida.

As competências associadas ao autocuidado físico diário surgem como as mais consolidadas entre os jovens inquiridos. Itens como “Eu tomo banho diariamente” (Média = 4,8; D.P. = 0,68) e “Eu escovo os meus dentes diariamente” (Média = 4,6; D.P. = 0,98) apresentam as médias elevadas e desvios padrão reduzidos, podendo refletir que estes comportamentos são de alguma forma habituais e consistentes na rotina de higiene dos inquiridos.

Face às perguntas relativas à dimensão relacional e de rede de suporte, o item com uma média mais elevada é “Eu tenho, pelo menos, um adulto de confiança que me iria visitar se eu estivesse no hospital” é de 4,9 (DP = 0,66), sendo que o item “Eu tenho, pelo menos, um adulto em quem confio que legalmente pode tomar decisões médicas por mim e falar por mim, caso eu esteja incapaz de o fazer” também apresenta uma pontuação muito elevada (Média = 4,6; D.P. = 0,95), o que poderá demonstrar a existência de uma rede de suporte e/proteção minimamente presente.

Tabela 6. *Competências de autocuidado (CA) - resultados globais*

CA - Itens	TOTAL				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
1.Eu sei fazer curativos a pequenas feridas e o que fazer quando estou doente	38	1	5	4,2	1,30
2.Quando preciso, sei como obter cuidados médicos e dentários	38	1	5	4,4	1,20
3.Eu sei como marcar as minhas consultas médicas e dentárias	38	1	5	3,4	1,82
4.Eu sei quando devo ir às urgências em vez de ir ao consultório médico	38	1	5	4,0	1,46
5.Eu conheço a história médica da minha família	38	1	5	3,0	1,84
6.Eu tomo banho diariamente	38	1	5	4,8	0,68
7.Eu escovo os meus dentes diariamente	38	1	5	4,6	0,98
8.Eu tenho, pelo menos, um adulto de confiança que me iria visitar se eu estivesse no hospital	38	1	5	4,9	0,66
9.Eu tenho, pelo menos, um adulto em quem confio que legalmente pode tomar decisões médicas por mim e falar por mim, caso eu esteja incapaz de o fazer	38	1	5	4,6	0,95
10.Eu sei como posso aceder a medidas de apoio social	38	1	5	2,5	1,78
11.Eu sei como posso aceder a medidas de apoio ao nível da saúde	38	1	5	3,0	1,82
12.Eu sei como posso aceder a medidas de apoio à formação/educação	38	1	5	3,6	1,72
13.Eu sei como me afastar de situações que me possam prejudicar	38	1	5	4,4	1,34
14.Eu tenho para onde ir quando me sinto inseguro	38	1	5	4,4	1,22
15.Eu sei dizer que não a uma relação íntima quando não quero	38	1	5	4,6	0,95
16.Eu sei formas de me proteger de Doenças Sexualmente Transmissíveis (DST)	38	1	5	4,4	1,39
17.Eu sei prevenir uma gravidez.	38	1	5	4,7	1,09
18.Eu sei onde ir para obter informação sobre sexo ou gravidez	38	1	5	4,5	1,16

Fonte: *Inquérito Competências para a Vida, 2024.*

As perguntas relacionadas com a segurança pessoal e a saúde sexual também são muito positivas. Perguntas com “Eu sei prevenir uma gravidez” (Média = 4,7; D.P. = 1,09) e “Eu sei formas de me proteger de Doenças Sexualmente Transmissíveis (DST)” (Média = 4,4; D.P. = 1,39) revelam um bom nível de literacia em saúde reprodutiva. As respostas deixam-nos dar ainda um passo mais, uma vez que a pergunta “Eu sei dizer que não a uma relação íntima quando não quero” (Média = 4,6; D.P. = 0,95) demonstra níveis elevados de consciência sobre limites e consentimento.

Por outro lado, as médias mais baixas concentram-se nas perguntas que se debruçam sobre o acesso a apoios sociais e institucionais, evidenciando um défice de informação

ou conhecimento nestas áreas. A pergunta “Eu sei como posso aceder a medidas de apoio social” regista uma média significativamente (e até preocupantemente) baixa (Média = 2,5; D.P. = 1,78), tal como a pergunta “Eu sei como posso aceder a medidas de apoio ao nível da saúde” (Média = 3,0; D.P. = 1,82). Estas respostas revelam uma falha de conhecimento e na autonomia funcional para procurar e aceder a respostas de apoio social, merecendo alguma atenção por parte das instituições no que diz respeito a trabalho de informação mais consistente nestas áreas.

Outros aspetos, como o conhecimento sobre a história médica familiar (Média = 3,0; D.P. = 1,84) e a capacidade de marcar consultas médicas (Média = 3,4; D.P. = 1,82), também refletem valores baixos, reforçando a dificuldade neste contexto.

A análise das respostas por sexo ajuda-nos mais uma vez a reparar em diferenças significativas e relevantes, sendo que as diferenças mais significativas surgem nas práticas de higiene pessoal e de consciência nos comportamentos sexuais.

Na pergunta “Eu escovo os meus dentes diariamente”, todas as participantes do sexo feminino atribuíram a pontuação máxima (Média = 5,0; D.P. = 0,00), contrastando com uma média de 4,3 (D.P. = 1,18) nos participantes do sexo masculino. Uma situação semelhante verifica-se na questão “Eu tomo banho diariamente” (Média F = 5,0; D.P. = 0,0 vs. Média M = 4,7; D.P. = 0,86) e na pergunta “Eu tenho, pelo menos, um adulto de confiança que me iria visitar se eu estivesse no hospital” (Média F = 5,0; D.P. = 0,0 vs. Média M = 4,8; D.P. = 0,85), sugerindo comportamentos rotineiros e relações de suporte bem consolidadas nos participantes de ambos os sexos.

No que respeita ao acesso a cuidados de saúde, observa-se que as inquiridas demonstram maior autonomia e conhecimento, uma vez que a média na pergunta “Eu sei como marcar as minhas consultas médicas e dentárias” é de 3,7 (DP = 1,67), superior à dos rapazes (M = 3,0; DP = 1,96). Contudo, esta média é pouco significativa e, na verdade, os resultados de ambos os sexos apresentam valores médios de resposta relativamente baixos.

Uma das diferenças mais pronunciadas surge na pergunta “Eu conheço a história médica da minha família”, com as inquiridas a reportarem uma média de 3,6 (D.P. = 1,83) contra apenas 2,6 (D.P. = 1,78) nos inquiridos de sexo masculino.

Tabela 7. Competências de autocuidado (CA) - resultados por sexo

	Sexo Masculino					Sexo Feminino				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
1.Eu sei fazer curativos a pequenas feridas e o que fazer quando estou doente	23	1	5	4,1	1,49	14	2	5	4,3	0,99
2.Quando preciso, sei como obter cuidados médicos e dentários	23	1	5	4,4	1,27	14	2	5	4,5	0,94
3.Eu sei como marcar as minhas consultas médicas e dentárias	23	1	5	3,2	1,92	14	1	5	3,6	1,69
4.Eu sei quando devo ir às urgências em vez de ir ao consultório médico	23	1	5	3,9	1,53	14	2	5	4,3	1,14
5.Eu conheço a história médica da minha família	23	1	5	2,6	1,78	14	1	5	3,6	1,83
6.Eu tomo banho diariamente	23	1	5	4,7	0,86	14	5	5	5,0	0,00
7.Eu escovo os meus dentes diariamente	23	1	5	4,3	1,18	14	5	5	5,0	0,00
8.Eu tenho, pelo menos, um adulto de confiança que me iria visitar se eu estivesse no hospital	23	1	5	4,8	0,85	14	5	5	5,0	0,00
9.Eu tenho, pelo menos, um adulto em quem confio que legalmente pode tomar decisões médicas por mim e falar por mim, caso eu esteja incapaz de o fazer	23	1	5	4,5	1,08	14	3	5	4,7	0,73
10.Eu sei como posso aceder a medidas de apoio social	23	1	5	2,3	1,68	14	1	5	3,0	1,92
11.Eu sei como posso aceder a medidas de apoio ao nível da saúde	23	1	5	2,9	1,78	14	1	5	3,0	1,92
12.Eu sei como posso aceder a medidas de apoio à formação/educação	23	1	5	3,4	1,73	14	1	5	4,1	1,59
13.Eu sei como me afastar de situações que me possam prejudicar	23	1	5	4,3	1,40	14	1	5	4,4	1,34
14.Eu tenho para onde ir quando me sinto inseguro	23	1	5	4,4	1,31	14	1	5	4,5	1,16
15.Eu sei dizer que não a uma relação íntima quando não quero	23	1	5	4,4	1,16	14	4	5	4,9	0,27
16.Eu sei formas de me proteger de Doenças Sexualmente Transmissíveis (DST)	23	1	5	4,4	1,41	14	1	5	4,4	1,45
17.Eu sei prevenir uma gravidez.	23	1	5	4,7	1,15	14	1	5	4,7	1,07
18.Eu sei onde ir para obter informação sobre sexo ou gravidez	23	1	5	4,4	1,31	14	2	5	4,6	0,93

Fonte: *Inquérito Competências para a Vida, 2024.*

Ao nível do acesso a apoios sociais, de saúde e de educação, ambos os sexos evidenciam valores baixos, mas as participantes do sexo feminino voltam a apresentar valores médios de resposta ligeiramente superiores. Por exemplo, na pergunta “Eu sei como posso aceder a medidas de apoio social”, os inquiridos de sexo masculino apresentam uma média de apenas 2,3 (D.P. = 1,68), enquanto as inquiridas atingem 3,0 (D.P. = 1,92). Embora ambos os valores sejam baixos, a diferença reforça a tendência de maior literacia institucional no sexo feminino, que também se verifica nos apoios à educação que no item “Eu sei como posso aceder a medidas de apoio à formação/educação apresenta uma média para o feminino de 4,1 (D.P. = 1,59) e para o masculino de 3,4 (D.P. = 1,73). Nos apoios à saúde, ambos os sexos revelam valores de média na ordem dos 3, com um D.P maior para as inquiridas de sexo feminino. Estas competências são críticas para a transição para a vida adulta independente e poderá ser necessário repensar a forma como são trabalhadas com os jovens nos programas de autonomização, de forma especial com o sexo masculino.

Ainda sobre as perguntas relativas às relações de intimidade e educação social, também há um destaque das participantes do sexo feminino. Itens como “Eu sei dizer que não a uma relação íntima quando não quero” têm uma média de 4,9 (D.P. = 0,27) para o sexo feminino e uma média de 4,4, (D.P. = 1,16) para o sexo masculino. Isto pode indicar um nível superior de consciência e segurança na afirmação de limites pessoais. Por outro lado, nas competências ligadas à prevenção, os itens “Eu sei formas de me proteger de DST” (Média F = 4,4; D.P. = 1,45 vs. Média M = 4,4; D.P. = 1,41), “Eu sei prevenir uma gravidez” (Média F = 4,7; D.P. = 1,07 vs. Média M = 4,7; D.P. = 1,15) e “Eu sei onde ir para obter informação sobre sexo ou gravidez” (Média F = 4,6; D.P. = 0,93 vs. Média M = 4,4; DP = 1,31) demonstram-nos que, ainda que o conhecimento e a perceção de autonomia seja bem elevada nos participantes de ambos os sexos, a uma maior exposição a formação nesta área ou por uma postura mais ativa na procura de informação podem explicar as respostas consistentemente superiores das participantes do sexo feminino.

Em síntese, os dados apontam para a seguinte tendência: enquanto os participantes de ambos os géneros demonstram competências importantes no domínio do autocuidado, são as raparigas que, de forma mais consistente, apresentam melhores indicadores em áreas cruciais como a saúde e a literacia institucional.

3.2.3. Competências de Relacionamento e Comunicação

Tabela 8. *Competências de relacionamento e comunicação (CRC) - resultados globais*

CRC - Itens	TOTAL				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
1.Eu consigo falar por mim próprio	38	1	5	4,5	1,08
2.Eu sei como agir em situações sociais ou profissionais	38	1	5	4,2	1,20
3.Eu sei como respeitar pessoas com diferentes crenças, opiniões e culturas	38	1	5	4,6	0,92
4.Eu consigo explicar a diferença entre orientação sexual e identidade de género	38	1	5	3,9	1,61
5.Eu penso sobre como as minhas escolhas têm impacto nos outros	38	1	5	4,4	1,01
6.Eu consigo lidar com a raiva sem magoar os outros ou danificar coisas	38	1	5	4,0	1,15
7.Eu mostro aos outros que me preocupo com eles	38	1	5	4,4	0,94
8.Eu tenho amigos com quem gosto de estar que me ajudam a sentir apreciado e com valor.	38	1	5	4,2	1,39
9.Eu sou parte de uma família e nós cuidamos uns dos outros	38	1	5	4,1	1,26
10.Eu consigo entrar em contacto com, pelo menos, um membro da minha família quando eu quero	38	1	5	4,6	1,03
11.Eu tenho amigos e/ou família com quem estar nas férias e em ocasiões especiais	38	1	5	4,2	1,35
12. Eu sei que posso ficar ao cuidado, pelo menos, de um adulto quando eu sair do acolhimento	38	1	5	4,0	1,49
13.Eu conheço, pelo menos, um adulto que pode ser avô ou avó, tio ou tia dos meus filhos ou futuros filhos	38	1	5	4,0	1,65
14.Os meus relacionamentos são livres de agressões físicas tais como bater, esbofetear e agressões verbais, como humilhar, ser gozado ou insultado	38	1	5	4,3	1,21
15.Eu sei os sinais de um relacionamento abusivo	38	1	5	4,6	1,00
16.Eu sei qual é o objetivo do meu acolhimento	38	1	5	4,7	0,85
17.Eu tenho informação sobre os membros da minha família	38	1	5	4,3	1,21

Fonte: *Inquérito Competências para a Vida, 2024.*

No domínio das competências de relacionamento e comunicação (tabela 8), as questões relacionadas com a capacidade de expressão pessoal apresentam médias elevadas, como por exemplo, a afirmação “Eu consigo falar por mim próprio” (Média = 4,5, D.P. = 1,08). No mesmo caminho, questões relacionadas com o respeito e empatia também apresentam valores muito elevados, como nas frases “Eu sei como respeitar pessoas com diferentes crenças, opiniões e culturas” (Média = 4,6; D.P. = 0,92) e “Eu mostro aos outros que me

preocupo com eles” (Média = 4,4; D.P. = 0,94), demonstrando cuidado e compreensão pelas pessoas com quem contacto.

Relativamente às relações de proximidade, como amigos e família, as respostas continuam a apresentar valores médios elevados, todos acima de 4. Questões exemplificativas disso podem ser as seguintes: “Eu tenho amigos com quem gosto de estar que me ajudam a sentir apreciado e com valor” (Média = 4,2; D.P. = 1,39), “Eu sou parte de uma família e nós cuidamos uns dos outros” (Média = 4,1; D.P. = 1,39) e “Eu consigo entrar em contacto com, pelo menos, um membro da minha família quando eu quero” (Média = 4,6; D.P. = 1,03).

Outro dos temas abordados nesta secção do questionário é a percepção e a autonomia face à consciência de comportamentos e/ou relações abusivas e também aí as respostas apresentam médias significativamente positivas: “Eu sei os sinais de um relacionamento abusivo” com média de 4,6 (D.P. = 1,00) e “Os meus relacionamentos são livres de agressões físicas, tais como bater, esbofetear e agressões verbais, como humilhar, ser gozado ou insultado”, com uma média de 4,3 (D.P. = 1,21).

Destaca-se como pergunta com a maior média de resposta a questão “Eu sei qual é o objetivo do meu acolhimento”, apresentando uma média de 4,7 (D.P. = 1,21) o que traduz um grande conhecimento dos jovens face ao seu projeto de vida.

De forma geral, os dados mostram que os participantes apresentam um elevado grau de confiança nas suas capacidades interpessoais, na sua rede de apoio e no seu entendimento sobre situações de risco, como relacionamentos abusivos, podendo indicar que a maioria se sente bem preparada para lidar com situações sociais e familiares, ainda que haja alguns desvios nas respostas (maior D.P. = 1,65 e menor D.P. = 0,85)

Tal como nas outras competências já analisadas, a análise das respostas por sexo também no revela pormenores interessante (tabela 9).

Tabela 9. Competências de relacionamento e comunicação (CRC) - resultados por sexo

CRC - Itens	SEXO MASCULINO					SEXO FEMININO				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
1.Eu consigo falar por mim próprio	23	1	5	4,7	0,93	14	2	5	4,2	1,31
2.Eu sei como agir em situações sociais ou profissionais	23	1	5	4,3	1,19	14	2	5	4,1	1,23
3.Eu sei como respeitar pessoas com diferentes crenças, opiniões e culturas	23	1	5	4,6	1,04	14	3	5	4,8	0,58
4.Eu consigo explicar a diferença entre orientação sexual e identidade de género	23	1	5	3,6	1,75	14	1	5	4,2	1,37
5.Eu penso sobre como as minhas escolhas têm impacto nos outros	23	1	5	4,4	1,03	14	2	5	4,5	1,02
6.Eu consigo lidar com a raiva sem magoar os outros ou danificar coisas	23	1	5	4,1	1,16	14	2	5	3,9	1,17
7.Eu mostro aos outros que me preocupo com eles	23	1	5	4,3	1,03	14	3	5	4,5	0,76
8.Eu tenho amigos com quem gosto de estar que me ajudam a sentir apreciado e com valor.	23	1	5	4,1	1,52	14	3	5	4,5	0,85
9.Eu sou parte de uma família e nós cuidamos uns dos outros	23	1	5	4,0	1,40	14	2	5	4,2	1,05
10.Eu consigo entrar em contacto com, pelo menos, um membro da minha família quando eu quero	23	1	5	4,4	1,24	14	3	5	4,8	0,58
11.Eu tenho amigos e/ou família com quem estar nas férias e em ocasiões especiais	23	1	5	4,0	1,46	14	1	5	4,4	1,22
12. Eu sei que posso ficar ao cuidado, pelo menos, de um adulto quando eu sair do acolhimento	23	1	5	4,0	1,58	14	2	5	4,1	1,17
13.Eu conheço, pelo menos, um adulto que pode ser avô ou avó, tio ou tia dos meus filhos ou futuros filhos	23	1	5	3,5	1,90	14	3	5	4,7	0,73
14.Os meus relacionamentos são livres de agressões físicas tais como bater, esbofetear e agressões verbais, como humilhar, ser gozado ou insultado	23	1	5	4,1	1,42	14	3	5	4,6	0,74
15.Eu sei os sinais de um relacionamento abusivo	23	1	5	4,5	1,20	14	3	5	4,8	0,58
16.Eu sei qual é o objetivo do meu acolhimento	23	1	5	4,5	0,99	14	3	5	4,9	0,53
17.Eu tenho informação sobre os membros da minha família	23	1	5	4,2	1,40	14	3	5	4,6	0,85

Fonte: Inquérito Competências para a Vida, 2024.

Por um lado, os inquiridos de sexo masculino demonstram uma média ligeiramente superior na capacidade de se expressar autonomamente (Média M = 4,7; D.P. = 0,93 vs Média F = 4,2; D.P. = 1,31) e de agir em situações sociais ou profissionais (Média M = 4,3; DP = 1,19 vs Média F= 4,1; D.P. = 1,23). Por outro lado, as respostas do sexo feminino demonstram médias ligeiramente mais elevadas na questão sobre o respeito por diferentes crenças, opiniões e culturas (Média F = 4,8; D.P. = 0,58 vs Média M = 4,6; DP = 1,04).

As discrepâncias mais significativas das Competências de Relacionamento e de Comunicação são apresentadas nas perguntas “Eu conheço, pelo menos, um adulto que pode ser avô ou avó, tio ou tia dos meus filhos ou futuros filhos” (Média M = 3,5; D.P. = 1,90 vs Média F = 4,7; D.P. = 0,73) e “Eu consigo explicar a diferença entre orientação sexual e identidade de género” (Média M = 3,6; D.P. = 1,75 vs Média F = 4,2; D.P. = 1,37), sendo que as participantes do sexo feminino se destacam nas duas questões, demonstrando maior autonomia e confiança.

3.2.4. Competências de Habitação e Gestão de Dinheiro

Os resultados das Competências de Habitação e Gestão de Dinheiro destacam-se por serem tendencialmente negativos (tabela 10). Podemos constatar que os valores de desvio padrão rondam, em média, 1,64 pontos, o que traduz experiências e conhecimentos com grandes diferenças.

Questões sobre literacia financeira, mais especificamente sobre o funcionamento de créditos, consultas bancárias ou planeamento financeiro receberam respostas com médias muito negativas, como por exemplo: “Eu compreendo o funcionamento das taxas de juro nos empréstimos ou compras com cartão de crédito” (Média = 2,66; D.P. = 1,74), “Eu coloco dinheiro na minha conta poupança quando posso” (Média = 2,63; D.P. = 1,91), “Eu faço o plano de gastos que devo pagar todos os meses” (Média = 2,47; D.P. = 1,76) e “Eu mantenho registos do dinheiro que recebo e das contas que pago” (Média = 2,47; D.P. = 1,78).

Tabela 10. Competências de Habitação e Gestão de Dinheiro - resultados globais

CHGD - Itens	TOTAL				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
1. Eu compreendo o funcionamento das taxas de juro nos empréstimos ou compras com cartão de crédito	38	1	5	2,66	1,74
2. Eu sei as desvantagens de fazer compras com o meu cartão de crédito	38	1	5	2,97	1,79
3. Eu sei a importância de um limite de crédito	38	1	5	3,32	1,80
4. Eu sei como gerir a minha conta bancária	38	1	5	3,24	1,65
5. Eu coloco dinheiro na minha conta poupança quando posso	38	1	5	2,63	1,91
6. Eu conheço um adulto que me iria ajudar se eu tivesse uma emergência financeira	38	1	5	4,50	1,13
7. Eu consulto o meu banco online para manter o controlo do meu dinheiro	38	1	5	2,18	1,75
8. Eu conheço as vantagens e desvantagens de usar um cheque pré-datado ou pagamento com o cartão de crédito da loja	38	1	5	2,21	1,66
9. Eu sei como encontrar uma casa segura e economicamente acessível	38	1	5	3,74	1,67
10. Eu consigo calcular os custos ao mudar para uma casa nova, tais como os meus rendimentos, caução, valor da renda, existência de um fiador, eletrodomésticos e mobília	38	1	5	3,13	1,86
11. Eu sei como preencher uma candidatura para ter apoio ao arrendamento de um apartamento	38	1	5	2,03	1,64
12. Eu sei como obter uma ajuda de emergência para pagar água, eletricidade e contas de gás	38	1	5	2,50	1,86
13. Eu sei o que pode acontecer se não cumprir com o contrato de arrendamento	38	1	5	4,00	1,56
14. Eu sei explicar a importância de ter um seguro de arrendatário ou proprietário	38	1	5	2,47	1,77
15. Eu conheço um adulto com quem poderia viver uns dias ou semanas se precisasse	38	1	5	4,13	1,49
16. Eu conheço, pelo menos, um adulto que vive numa casa estável e segura e que me contacta regularmente, para além do meu gestor de caso ou outro profissional	38	1	5	4,03	1,62
17. Eu conheço um adulto que posso procurar para obter aconselhamento financeiro	38	1	5	4,53	1,13
18. Eu faço o plano de gastos que devo pagar todos os meses	38	1	5	2,47	1,78
19. Eu mantenho registos do dinheiro que recebo e das contas que pago	38	1	5	2,68	1,89
20. Eu sei o que me pode acontecer, segundo as leis do meu país, se for apanhado a conduzir sem seguro de carro ou carta de condução	38	1	5	4,39	1,31
21. Eu consigo explicar como podemos renovar a carta de condução ou o cartão de cidadão	38	1	5	3,18	1,75
22. Eu consigo calcular todos os custos do meu próprio carro, tais como registo, reparações, seguro e combustível	38	1	5	2,55	1,80
23. Eu sei como usar um transporte público para chegar onde eu preciso	38	1	5	4,50	1,18

Fonte: Inquérito Competências para a Vida, 2024.

As questões relacionadas com a habitação revelam mais disparidade, havendo respostas positivas, consequência de capacidades mais solidificadas, como se demonstra nas perguntas “Eu sei como encontrar uma casa segura e economicamente acessível” (Média = 3,74; D.P. = 1,67) ou “Eu sei o que pode acontecer se não cumprir com o contrato de arrendamento” (Média = 4,00; D.P. = 1,56), mas também respostas com valores muito baixos como “Eu sei como preencher uma candidatura para ter apoio ao arrendamento de um apartamento” (Média = 2,03; D.P. = 1,64) e “Eu sei como obter uma ajuda de emergência para pagar água, eletricidade e contas de gás” (Média = 2,50; D.P. = 1,86). Isto indica que, apesar de alguma perceção de capacidade para avaliar aspetos práticos da habitação, existe um défice de informação sobre procedimentos administrativos e mecanismos de apoio social, o que pode comprometer a segurança habitacional no processo de autonomização.

Um contexto que apresenta resultados muito mais elevados prende-se com a questão das redes de suporte ou apoio. É notória a perceção da presença de adultos de forma sólida e atenta, disponíveis para ajudar e apoiar os processos de transição - “Eu conheço um adulto que posso procurar para obter aconselhamento financeiro” com média 4,53 (D.P. = 1,13) e “Eu conheço um adulto que me iria ajudar se eu tivesse uma emergência financeira” com média 4,50 (D.P. = 1,13).

Por último, há algumas questões nesta categoria que se prendem em competências mais burocráticas e administrativas. Apesar dos resultados positivos, não muito elevados, as respostas oscilam e apresentam resultados como “Eu consigo explicar como podemos renovar a carta de condução ou o cartão de cidadão.” (Média = 3,18; D.P. = 1,75) a contrastar com “Eu sei o que me pode acontecer, segundo as leis do meu país, se for apanhado a conduzir sem seguro de carro ou carta de condução.” (Média = 4,39; D.P. = 1,31). Nestas competências, a pergunta que se destaca com o resultado mais baixo é “Eu sei como preencher uma candidatura para ter apoio ao arrendamento de um apartamento” (Média = 2,03; D.P. = 1,64) apresentando um valor baixo que merece atenção.

Esta secção de perguntas e os resultados demonstram que as competências de literacia financeira e planeamento habitacional parecem domínios frágeis para os participantes, ainda que a rede de suporte se mantenha como algo mais robusto.

Em termos gerais, as respostas por sexo não apresentam grandes desvios ou diferenças significativas. As participantes apresentam maior tendência para poupar dinheiro (“Eu coloco dinheiro na minha conta poupança quando posso” com Média F = 3,21; D.P. = 2,01 vs Média M = 2,35; D.P. = 1,82), também demonstram mais consciência dos riscos da utilização do cartão de crédito (“Eu sei as desvantagens de fazer compras com o meu cartão de crédito”: Média F = 3,57; D.P. = 1,74 vs Média M = 2,70; D.P. = 1,77) e ainda evidenciam maior monitorização e registos dos seus gastos. (“Eu faço o plano de gastos que devo pagar todos os meses”: Média F = 2,93 D.P. = 1,86 vs Média M = 2,09; D.P. = 1,65 e “Eu mantenho registos do dinheiro que recebo e das contas que pago: Média F= 2,93; D.P. = 1,82 vs Média M= 2,61; D.P. = 1,97). Nas competências financeiras, a única vantagem, ainda que muito breve, dos participantes do sexo masculino é na compreensão das taxas de juros associadas a movimentos com cartão de crédito (Média M = 2,74; D.P. = 1,81 vs Média F= 2,64; D.P. = 1,69). Porém, em ambos os casos as médias são relativamente baixas, não subindo, em nenhum dos casos, acima dos 3,5.

No domínio da gestão de habitação e no acesso a ajuda por parte de um adulto de suporte, as participantes do sexo feminino mantêm as respostas ligeiramente mais elevadas. Esta ligeira superioridade manifesta-se em algumas questões como “Eu consigo calcular os custos ao mudar para uma casa nova, tais como os meus rendimentos, caução, valor da renda, existência de um fiador, eletrodomésticos e mobília” (Média M = 3,00; D.P. = 1,81 vs Média F = 3,21; D.P. = 2,01), “Eu sei como preencher uma candidatura para ter apoio ao arrendamento de um apartamento” (Média M = 1,87; D.P. = 1,49 vs Média F = 2,36; D.P. = 1,91) ou “Eu conheço um adulto que me iria ajudar se eu tivesse uma emergência financeira” (Média M = 4,39; D.P. = 1,37 vs Média F = 4,64; D.P. = 0,63).

Os participantes do sexo masculino também se posicionam com respostas mais elevadas em algumas perguntas, nomeadamente no maior conhecimento sobre consequências legais na condução sem documentos legais (“Eu sei o que me pode acontecer, segundo as leis do meu país, se for apanhado a conduzir sem seguro de carro ou carta de condução”: Média M = 4,61; D.P. = 0,99 vs Média F= 4,29; D.P. = 1,49) e também na facilidade na utilização do transporte público (“Eu sei como usar um transporte público para chegar onde preciso”: Média M = 4,74; D.P. = 0,92 vs Média F= 4,21; D.P. = 1,48).

Estas diferenças sugerem a importância de intervenções diferenciadas por género, que promovam competências adaptadas às fragilidades e potencialidades identificadas em cada grupo. Apesar dos destaques em algumas perguntas, esta secção de competências apresentou resultados com uma tendência mais negativa e desvios padrão muito elevados que merecem atenção.

Apesar destes resultados apresentarem valores médios de respostas mais reduzidos, estes números podem não traduzir uma realidade de falta de autonomia, mas sim de situações e contextos ainda não adequados aos participantes. A percentagem de participantes com idade igual ou inferior aos 18 anos é de 79%, ou seja, uma maioria significativa ainda é menor e é provável que ainda não tenham acesso nem façam uso de mecanismos como as contas-poupança ou cartões de crédito, por exemplo. Seria interessante analisar estes dados nas diferentes faixas etárias e perceber que variações e diferenças poderiam surgir.

Tabela 11. *Competências de Habitação e Gestão de Dinheiro - resultados por sexo*

CHGD - Itens	SEXO MASCULINO					SEXO FEMININO				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
1. Eu compreendo o funcionamento das taxas de juro nos empréstimos ou compras com cartão de crédito	23	1	5	2,74	1,81	14	1	5	2,64	1,69
2. Eu sei as desvantagens de fazer compras com o meu cartão de crédito	23	1	5	2,70	1,77	14	1	5	3,57	1,74
3. Eu sei a importância de um limite de crédito	23	1	5	3,17	1,85	14	1	5	3,71	1,68
4. Eu sei como gerir a minha conta bancária	23	1	5	3,22	1,73	14	1	5	3,14	1,56
5. Eu coloco dinheiro na minha conta poupança quando posso	23	1	5	2,35	1,82	14	1	5	3,21	2,01
6. Eu conheço um adulto que me iria ajudar se eu tivesse uma emergência financeira	23	1	5	4,39	1,37	14	3	5	4,64	0,63
7. Eu consulto o meu banco online para manter o controlo do meu dinheiro	23	1	5	2,04	1,72	14	1	5	2,50	1,87
8. Eu conheço as vantagens e desvantagens de usar um cheque pré-datado ou pagamento com o cartão de crédito da loja	23	1	5	2,26	1,66	14	1	5	2,21	1,76
9. Eu sei como encontrar uma casa segura e economicamente acessível	23	1	5	3,65	1,61	14	1	5	3,79	1,85
10. Eu consigo calcular os custos ao mudar para uma casa nova, tais como os meus rendimentos, caução, valor da renda, existência de um fiador, eletrodomésticos e mobília	23	1	5	3,00	1,81	14	1	5	3,21	2,01
11. Eu sei como preencher uma candidatura para ter apoio ao arrendamento de um apartamento	23	1	5	1,87	1,49	14	1	5	2,36	1,91
12. Eu sei como obter uma ajuda de emergência para pagar água, eletricidade e contas de gás	23	1	5	2,65	1,87	14	1	5	2,36	1,91
13. Eu sei o que pode acontecer se não cumprir com o contrato de arrendamento	23	1	5	3,96	1,64	14	1	5	4,00	1,52
14. Eu sei explicar a importância de ter um seguro de arrendatário ou proprietário	23	1	5	2,65	1,77	14	1	5	2,29	1,82
15. Eu conheço um adulto com quem poderia viver uns dias ou semanas se precisasse	23	1	5	4,04	1,66	14	1	5	4,21	1,25

Fonte: *Inquérito Competências para a Vida, 2024.*

(tabela 11 – continuação)

CHGD - Itens	SEXO MASCULINO					SEXO FEMININO				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
16. Eu conheço, pelo menos, um adulto que vive numa casa estável e segura e que me contacta regularmente, para além do meu gestor de caso ou outro profissional	23	1	5	3,83	1,75	14	1	5	4,29	1,44
17. Eu conheço um adulto que posso procurar para obter aconselhamento financeiro	23	1	5	4,57	1,16	14	1	5	4,43	1,16
18. Eu faço o plano de gastos que devo pagar todos os meses	23	1	5	2,09	1,65	14	1	5	2,93	1,86
19. Eu mantenho registos do dinheiro que recebo e das contas que pago	23	1	5	2,61	1,97	14	1	5	2,93	1,82
20. Eu sei o que me pode acontecer, segundo as leis do meu país, se for apanhado a conduzir sem seguro de carro ou carta de condução	23	1	5	4,61	0,99	14	1	5	4,29	1,49
21. Eu consigo explicar como podemos renovar a carta de condução ou o cartão de cidadão	23	1	5	3,04	1,82	14	1	5	3,57	1,60
22. Eu consigo calcular todos os custos do meu próprio carro, tais como registo, reparações, seguro e combustível	23	1	5	2,65	1,80	14	1	5	2,21	1,76
23. Eu sei como usar um transporte público para chegar onde eu preciso	23	1	5	4,74	0,92	14	1	5	4,21	1,48

Fonte: *Inquérito Competências para a Vida, 2024.*

3.2.5. Competências de Trabalho e Estudos

Esta secção de competências apresenta resultados compatíveis com conhecimentos e competências solidificados, especialmente no conhecimento sobre direitos laborais, presença de um adulto de suporte e autonomia em ambiente escolar/profissional. Áreas como o preenchimento de processos burocráticos e competências financeiras e administrativas precisam de ser reforçadas como veremos mais à frente. Destaque ainda para os desvios padrão que apresentam um valor médio de 1,43, sendo que o mais alto equivale a 1,86. Esta heterogeneidade alerta para a necessidade de um apoio mais personalizado, que reconheça diferentes níveis de conhecimento e experiência entre os jovens.

Nas questões relativas a competências técnicas as médias são relativamente baixas como “Eu sei como elaborar um currículo” a obter uma média de 3,39 (D.P. = 1,81) e “Eu sei como me preparar para uma entrevista de emprego” com média de 3,58 (D.P. = 1,70). Perguntas mais técnicas como “Eu sei onde posso obter ajuda para preencher um formulário de Imposto sobre Rendimentos de Pessoas Singulares (IRS)” já apresenta uma média de respostas mais reduzida: 2,39 (D.P. = 1,75) e a pergunta “Eu sei como preencher um formulário de pedido de isenção da Segurança Social para o primeiro emprego” destaca-se como sendo a questão com a média mais baixa desta categoria, com 1,82 (D.P. = 1,41). Podemos interpretar que, ainda que os participantes se possam sentir minimamente preparados para as etapas iniciais dos processos de candidatura a um emprego, os procedimentos formais podem ser obstáculos significativos.

As perguntas relacionadas com os direitos laborais e o ambiente de trabalho apresentam respostas com médias positivas, indicando já algumas competências e consciência: “Eu sei quais são os direitos dos trabalhadores”, com média de 3,58 (D.P. = 1,70), “Eu sei as razões pela quais os contactos pessoais são importantes para arranjar emprego” com média de 4,00 (D.P. = 1,41) e “Eu sei o que é assédio sexual e discriminação” com média de 4,45 (D.P. = 1,25).

Tabela 12. Competências de Trabalho e Estudos - resultados globais

CTE - Itens	TOTAL				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
1. Eu sei como elaborar um currículo	38	1	5	3,39	1,81
2. Eu sei como preencher um formulário para uma candidatura de emprego	38	1	5	3,16	1,79
3. Eu sei como me preparar para uma entrevista de emprego	38	1	5	3,58	1,70
4. Eu sei o que significam as informações no recibo do salário	38	1	5	2,47	1,72
5. Eu sei como preencher um formulário de pedido de isenção da Segurança Social para o primeiro emprego	38	1	5	1,82	1,41
6. Eu sei quais são os direitos dos trabalhadores	38	1	5	3,58	1,55
7. Eu sei o que é assédio sexual e discriminação	38	1	5	4,45	1,25
8. Eu sei as razões pelas quais os contatos pessoais são importantes para arranjar emprego	38	1	5	4,00	1,41
9. Eu sei como obter os documentos que preciso para o trabalho, como o Cartão de Cidadão e o registo criminal	38	1	5	3,18	1,75
10. Eu sei como aceder/obter ao meu registo de saúde e registo criminal	38	1	5	2,95	1,86
11. Eu conheço um adulto que irá comigo se eu precisar de mudar de escola	38	1	5	4,63	0,94
12. Eu sei como obter os serviços de psicologia na minha escola	38	1	5	3,92	1,63
13. Eu sei onde posso obter ajuda para preencher um formulário de Imposto sobre Rendimentos de pessoas Singulares (IRS)	38	1	5	2,39	1,75
14. Eu tenho um adulto na minha vida que se preocupa acerca de como estou na escola ou no trabalho	38	1	5	4,58	0,95
15. Eu aceito receber críticas e orientações na escola ou no trabalho sem perder o controlo	38	1	5	4,32	1,04
16. Eu sei como preparar-me para os exames e/ou apresentações	38	1	5	4,18	1,23
17. Eu sei onde posso obter tutoria ou outro tipo de ajuda com os trabalhos escolares	38	1	5	4,21	1,28
18. Eu revejo o meu trabalho para corrigir erros	38	1	5	4,26	1,22
19. Eu chego à escola ou ao trabalho a horas	38	1	5	4,32	1,07
20. Eu faço o meu trabalho bem e atempadamente	38	1	5	4,00	1,21

Fonte: *Inquérito Competências para a Vida, 2024.*

As questões relacionadas com os comportamentos e a responsabilidade nestes ambientes apresentam resultados muito positivos, como podemos ver, por exemplo, nas perguntas “Eu aceito receber críticas e orientações na escola ou no trabalho sem perder o controlo” (Média = 4,32; D.P. = 1,04), “Eu sei como preparar-me para os exames e/ou apresentações” (Média = 4,18; D.P. = 1,23) e “Eu faço o meu trabalho bem e atempadamente” (Média = 4,00; D.P.= 1,21).

As questões melhor pontuadas voltam a estar relacionadas com a presença de adultos de referência e os participantes demonstram sentir-se conscientes e confortáveis com esse apoio sólido. As perguntas “Eu tenho um adulto na minha vida que se preocupa acerca de como estou na escola e no trabalho (Média = 4,58; D.P. = 0,95) e “Eu conheço um adulto que irá comigo se eu precisar de mudar de escola” (Média = 4,63; D.P. = 0,94) revelam-se mesmo as perguntas com uma média de respostas mais elevada e com desvios padrão inferiores à média, sublinhando esta presença e acompanhamento.

A análise comparativa dos dados por sexo dos participantes torna possível destacar um conjunto de diferenças e semelhanças entre o masculino e o feminino.

As participantes do sexo feminino destacam-se em algumas áreas como a revisão de trabalho para correção de erros (“Eu revejo o meu trabalho para corrigir erros”: Média M = 4,04; D.P. = 1,43 vs Média F = 4,57; D.P. = 0,76), na realização antecipada das tarefas (“Eu faço o meu trabalho bem e atempadamente”: Média M = 3,74; D.P. = 1,32 vs Média F = 4,36; DP = 0,93), no acesso a registos legais (“Eu sei como aceder/obter ao meu registo de saúde e registo criminal”: Média M = 2,74; D.P. = 1,10 vs Média F = 3,43; D.P. = 1,74) e ainda nos passos de candidatura laboral (“Eu sei como elaborar um currículo”: Média M = 3,22; D.P. = 1,91 vs Média F = 3,57; D.P. = 1,70; e “Eu sei como preencher um formulário para uma candidatura de emprego”: Média M = 3,04; D.P. = 1,87 vs Média F = 3,21; D.P. = 1,72).

Os participantes do sexo masculino também apresentam algumas médias ligeiramente mais elevadas em algumas perguntas, nomeadamente na consciência do assédio e discriminação (“Eu sei o que é assédio sexual e discriminação”: Média M = 4,74; D.P. = 0,92 vs Média F = 3,93; D.P. = 1,59) e na capacidade de preencher um formulário relativo ao IRS (“Eu sei onde posso obter ajuda para preencher um formulário de Imposto sobre IRS”: Média M = 2,87; D.P. = 1,87 vs Média F = 1,71; D.P. = 1,33), sendo esta a diferenças mais acentuada verificada na secção de perguntas dedicadas às Competências de Trabalho e Estudos, ainda que os participantes de ambos os sexo apresentem resultados médios negativos.

Tabela 13. Competências de Trabalho e Estudos - resultados por sexo

CTE - Itens	SEXO MASCULINO					SEXO FEMININO				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
1. Eu sei como elaborar um currículo	23	1	5	3,22	1,91	14	1	5	3,57	1,70
2. Eu sei como preencher um formulário para uma candidatura de emprego	23	1	5	3,04	1,87	14	1	5	3,21	1,72
3. Eu sei como me preparar para uma entrevista de emprego	23	1	5	3,57	1,80	14	1	5	3,57	1,65
4. Eu sei o que significam as informações no recibo do salário	23	1	5	2,57	1,78	14	1	5	2,43	1,70
5. Eu sei como preencher um formulário de pedido de isenção da Segurança Social para o primeiro emprego	23	1	5	1,74	1,36	14	1	5	2,00	1,57
6. Eu sei quais são os direitos dos trabalhadores	23	1	5	3,70	1,52	14	1	5	3,50	1,65
7. Eu sei o que é assédio sexual e discriminação	23	1	5	4,74	0,92	14	1	5	3,93	1,59
8. Eu sei as razões pelas quais os contatos pessoais são importantes para arranjar emprego	23	1	5	3,96	1,49	14	1	5	4,00	1,36
9. Eu sei como obter os documentos que preciso para o trabalho, como o Cartão de Cidadão e o registo criminal	23	1	5	3,22	1,83	14	1	5	3,21	1,72
10. Eu sei como aceder/obter ao meu registo de saúde e registo criminal	23	1	5	2,74	1,91	14	1	5	3,43	1,74
11. Eu conheço um adulto que irá comigo se eu precisar de mudar de escola	23	1	5	4,65	0,98	14	2	5	4,57	0,94
12. Eu sei como obter os serviços de psicologia na minha escola	23	1	5	4,04	1,69	14	1	5	3,79	1,63
13. Eu sei onde posso obter ajuda para preencher um formulário de Imposto sobre Rendimentos de pessoas Singulares (IRS)	23	1	5	2,87	1,87	14	1	5	1,71	1,33
14. Eu tenho um adulto na minha vida que se preocupa acerca de como estou na escola ou no trabalho	23	1	5	4,61	0,99	14	2	5	4,50	0,94
15. Eu aceito receber críticas e orientações na escola ou no trabalho sem perder o controlo	23	1	5	4,35	1,07	14	2	5	4,21	1,05
16. Eu sei como preparar-me para os exames e/ou apresentações	23	1	5	4,17	1,34	14	2	5	4,14	1,10
17. Eu sei onde posso obter tutoria ou outro tipo de ajuda com os trabalhos escolares	23	1	5	4,04	1,43	14	2	5	4,43	1,02
18. Eu revejo o meu trabalho para corrigir erros	23	1	5	4,04	1,43	14	3	5	4,57	0,76
19. Eu chego à escola ou ao trabalho a horas	23	1	5	4,26	1,21	14	3	5	4,43	0,85
20. Eu faço o meu trabalho bem e atempadamente	23	1	5	3,74	1,32	14	3	5	4,36	0,93

Fonte: *Inquérito Competências para a Vida, 2024.*

É possível também observar algumas semelhanças nas médias de respostas dos participantes de ambos os sexos, nomeadamente em perguntas como “Eu sei como me preparar para uma entrevista de emprego” (Média M = 3,57; D.P. = 1,80 vs Média F = 3,57; D.P. = 1,65), “Eu conheço um adulto que irá comigo se eu precisar de mudar de escola” (Média M = 4,65; D.P. = 0,98 vs Média F = 4,57; D.P. = 0,94), e “Eu aceito receber críticas e orientações na escola ou no trabalho sem perder o controlo” (Média M = 4,35; D.P. = 1,07 vs Média F = 4,21; D.P. = 1,05). Estes resultados sugerem que, apesar das diferenças em algumas competências técnicas, existe uma base comum em aspetos relacionais e de suporte social.

3.2.6. Competências de Planeamento da Carreira e Educação

Esta seção das Competências de Planeamento da Carreira e Educação tem apenas nove questões, sendo uma das mais curtas de todo o questionário. Em termos gerais, as respostas revelam níveis positivos de preparação e conhecimentos necessários para o prosseguimento de estudos ou a integração no mercado de trabalho, com um valor médio de respostas de 3,80 e um valor médio de desvio padrão de 1,50.

Tabela 14. *Competências de Planeamento da Carreira e Educação - resultados globais*

CPCE - Itens	TOTAL				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
1. Eu sei como procurar estágios profissionais	38	1	5	3,18	1,75
2. Eu sei como encontrar informação sobre formação profissional	38	1	5	3,84	1,48
3. Eu consigo explicar os benefícios de fazer trabalho voluntário	38	1	5	3,66	1,65
4. Recentemente conversei com um adulto que trabalha num emprego que eu gostaria de ter	38	1	5	3,13	1,80
5. Eu sei que tipo de formação (faculdade, escola profissional...) eu preciso para o trabalho que eu quero fazer	38	1	5	4,08	1,44
6. Eu sei como concorrer para aceder à escola, formação ou trabalho que eu quero depois da escola secundária	38	1	5	3,87	1,44
7. Eu sei como encontrar ajuda financeira para ajudar a pagar a minha educação ou formação	38	1	5	3,55	1,70
8. Eu falei com um adulto que cuida de mim sobre os meus planos de educação	38	1	5	4,39	1,20
9. Eu conheço um adulto que me vai ajudar a candidatar para a formação ou educação depois do ensino obrigatório	38	1	5	4,45	1,03

Fonte: *Inquérito Competências para a Vida, 2024.*

Mais uma vez, e como já concluído em quase todas as categorias anteriores, um dos pontos mais fortes identificados na tabela refere-se ao apoio de adultos significativos no planeamento futuro dos jovens, como podemos ver nas perguntas "Eu conheço um adulto que me vai ajudar a candidatar para a formação ou educação depois do ensino obrigatório" que apresenta o valor médio de resposta mais elevado (Média = 4,45; D.P. = 1,03) e "Eu falei com um adulto que cuida de mim sobre os meus planos de educação" (Média = 4,39; D.P. = 1,20). As questões "Eu sei que tipo de formação eu preciso para o trabalho que eu quero fazer" (Média = 4,08; D.P. = 1,44) e "Eu sei como concorrer para aceder à escola, formação ou trabalho que eu quero depois da escola secundária" (Média = 3,87; D.P. = 1,44) apresentam médias relativamente elevadas, indicando um grau relativamente positivo de clareza quanto aos objetivos e caminhos a seguir.

Contudo, algumas áreas revelam fragilidades, destacando-se a pergunta "Recentemente conversei com um adulto que trabalha num emprego que eu gostaria de ter" (Média = 3,13; D.P. = 1,80), o que pode indicar a necessidade de reforçar o contacto dos jovens com profissionais das áreas do seu interesse. Da mesma forma, a pergunta "Eu sei como procurar estágios profissionais" (Média = 3,18; D.P. = 1,75) apresenta uma média inferior à média global do conjunto, o que evidencia uma possível lacuna no acesso a informação prática sobre oportunidades de estágio, que são, frequentemente, portas de entrada para o mercado de trabalho.

A análise das respostas por sexo (feminino ou masculino) revela a inexistência de diferenças significativas. No entanto, uma das diferenças mais expressivas observa-se na questão "Eu consigo explicar os benefícios de fazer trabalho voluntário", pois a média de respostas das participantes do sexo feminino é significativamente superior à dos inquiridos de sexo masculino: 4,43 (D.P. = 1,02) vs 3,13 (D.P. = 1,79). Este desfasamento pode indicar um maior envolvimento ou valorização do voluntariado por parte das jovens.

Também existe alguma diferença na questão "Eu sei que tipo de formação (faculdade, escola profissional...) preciso para o trabalho que quero fazer", onde as participantes do sexo feminino voltam a apresentar uma média superior à dos inquiridos de sexo masculino: 4,29 (D.P. = 1,27) vs 3,91 (D.P. = 1,56).

São de destacar as semelhanças entre as respostas dos participantes de ambos os sexos. Ambos apresentam valores bastante próximos em itens como "Eu falei com um adulto que cuida de mim sobre os meus planos de educação" (Média M = 4,39; D.P. = 1,23 vs Média M = 4,36; D.P. = 1,22) e "Eu conheço um adulto que me vai ajudar a candidatar para a formação ou educação depois do ensino obrigatório" (Média M = 4,35; DP = 1,19 vs Média M = 4,57; D.P. = 0,76), sugerindo a existência de redes de apoio significativas para ambos os sexos. A semelhança mantém-se em perguntas como "Eu sei como procurar estágios profissionais" (Média M = 3,22; DP = 1,78 vs Média F= 3,29; DP = 1,73) e também na questão "Eu sei como encontrar informação sobre formação profissional" (Média M = 4,00; DP = 1,48 vs Média F = 3,79; DP = 1,37).

Tabela 15. *Competências de Planeamento da Carreira e Educação - resultados por sexo*

CPCE - Itens	SEXO MASCULINO					SEXO FEMININO				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
1. Eu sei como procurar estágios profissionais	23	1	5	3,22	1,78	14	1	5	3,29	1,73
2. Eu sei como encontrar informação sobre formação profissional	23	1	5	4,00	1,48	14	2	5	3,79	1,37
3. Eu consigo explicar os benefícios de fazer trabalho voluntário	23	1	5	3,13	1,79	14	2	5	4,43	1,02
4. Recentemente conversei com um adulto que trabalha num emprego que eu gostaria de ter	23	1	5	3,26	1,84	14	1	5	3,07	1,77
5. Eu sei que tipo de formação (faculdade, escola profissional...) eu preciso para o trabalho que eu quero fazer	23	1	5	3,91	1,56	14	1	5	4,29	1,27
6. Eu sei como concorrer para aceder à escola, formação ou trabalho que eu quero depois da escola secundária	23	1	5	3,78	1,54	14	1	5	3,93	1,33
7. Eu sei como encontrar ajuda financeira para ajudar a pagar a minha educação ou formação	23	1	5	3,57	1,67	14	1	5	3,43	1,83
8. Eu falei com um adulto que cuida de mim sobre os meus planos de educação	23	1	5	4,39	1,23	14	1	5	4,36	1,22
9. Eu conheço um adulto que me vai ajudar a candidatar para a formação ou educação depois do ensino obrigatório	23	1	5	4,35	1,19	14	3	5	4,57	0,76

Fonte: *Inquérito Competências para a Vida, 2024.*

3.2.7. Competências de Projeção do Futuro

Tal como a secção de perguntas relacionadas com Competências de Planeamento da Carreira e Educação, esta secção dedicada às Competências de Projeção do Futuro é também muito pequena, contando apenas com oito questões.

Tabela 16. *Competências de Projeção do Futuro - resultados globais*

CPE - Itens	TOTAL				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
1. Eu acredito que posso influenciar a forma como a minha vida se vai desenrolar	38	1	5	4,39	1,22
2. Eu consigo ver-me no futuro como um adulto bem-sucedido	38	1	5	4,39	1,17
3. Eu tenho bom relacionamento com um adulto de confiança de quem eu gosto e respeito	38	1	5	4,50	1,06
4. Eu gosto de usar a minha experiência para ajudar outros jovens	38	1	5	4,29	1,31
5. Eu acredito que as minhas relações com os outros me irão ajudar a ter sucesso	38	1	5	4,26	1,27
6. A maioria dos dias sinto que tenho controlo de como a minha vida vai ser	38	1	5	3,97	1,20
7. A maioria dos dias orgulho-me da maneira como vivo a minha vida	38	1	5	3,89	1,29
8. Eu sinto que estou pronta/o para a próxima fase da minha vida	38	1	5	4,00	1,39

Fonte: *Inquérito Competências para a Vida, 2024.*

É de salientar que as respostas apresentam a média mais elevada (4,21 em 5) e apresentam uma média de desvio padrão de 1,24. Os dados apresentados revelam um perfil bastante positivo no que diz respeito à perceção dos jovens sobre o seu próprio futuro e as suas relações interpessoais.

A média elevada em afirmações como "Eu acredito que posso influenciar a forma como a minha vida se vai desenrolar" (Média = 4,39; D.P. = 1,22) e "Eu consigo ver-me no futuro como um adulto bem-sucedido" (Média = 4,39; D.P. = 1,17) demonstra uma forte autoconfiança e otimismo relativamente à capacidade de moldar o seu percurso de vida. Outro dado relevante prende-se com a qualidade das relações interpessoais, nomeadamente o elevado valor médio na afirmação "Eu tenho bom relacionamento com um adulto de confiança de quem eu gosto e respeito" (Média = 4,50; D.P. = 1,06). Esta relação de confiança com um adulto pode funcionar como um fator protetor e um suporte

essencial para o desenvolvimento pessoal e profissional dos jovens, como já tantas vezes supramencionado.

As médias um pouco mais moderadas nas perguntas relacionadas com o controlo diário da vida (“A maioria dos dias sinto que tenho controlo de como a minha vida vai ser”: Média = 3,97; D.P. = 1,20) e o orgulho na trajetória pessoal (“A maioria dos dias orgulho-me da maneira como vivo a minha vida: Média = 3,89; D.P. = 1,29) sugerem que, embora a maioria se sinta preparada e confiante no geral, existe ainda espaço para trabalhar o fortalecimento da autoestima e da sensação de controlo cotidiano.

Ao observar as respostas por sexo dos participantes, verificamos que tanto o grupo masculino como o feminino apresentam níveis elevados de autoconfiança e esperança relativamente ao seu futuro. As médias para as afirmações “Eu acredito que posso influenciar a forma como a minha vida se vai desenrolar” (Média M = 4,30; D.P. = 1,40 vs Média F = 4,50; D.P. = 0,94) e “Eu consigo ver-me no futuro como um adulto bem-sucedido” (Média M = 4,30; D.P. = 1,33 vs Média F = 4,50; D.P. = 0,94) são bastante próximas, embora ligeiramente superiores nas participantes do sexo feminino e com desvios padrão ligeiramente menores, o que sugere que, embora ambos os géneros tenham uma visão otimista, as raparigas aparentam uma confiança um pouco maior no seu potencial de sucesso.

Quando analisamos a dimensão do contributo para outros jovens, as inquiridas de sexo masculino apresentam uma média ligeiramente superior (“Eu gosto de usar a minha experiência para ajudar outros jovens”: Média M = 4,39; D.P. = 1,27 vs Média M = 4,21; D.P. = 1,42), o que pode revelar uma maior disposição para partilhar a sua experiência e assumir um papel ativo na ajuda a pares, ainda que a diferença seja pequena e ambas as médias muito positivas.

No que toca ao controlo e orgulho pessoal, embora os valores sejam semelhantes, as raparigas registam novamente médias um pouco mais elevadas, particularmente no orgulho pela forma como vivem a sua vida (“A maioria dos dias orgulho-me da maneira como vivo a minha vida”: Média M = 3,74; D.P. = 1,48 vs Média F = 4,07; D.P. = 0,92) e na perceção de estarem preparadas para a próxima fase da vida (“Eu sinto que estou pronto/a para a próxima fase da minha vida”: Média M = 3,87; D.P. = 1,55 vs Média F =

4,29; D.P. = 1,14). Estes resultados indicam que as raparigas podem sentir-se mais preparadas e satisfeitas com o seu percurso atual, apesar de ambos os géneros demonstrarem um sentido de prontidão considerável.

Tabela 17. *Competências de Projeção do Futuro - resultados por sexo*

PE - Itens	SEXO MASCULINO					SEXO FEMININO				
	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.	N	Mín.	Máx.	Média	D.P.
1. Eu acredito que posso influenciar a forma como a minha vida se vai desenrolar	23	1	5	4,30	1,40	14	2	5	4,50	0,94
2. Eu consigo ver-me no futuro como um adulto bem-sucedido	23	1	5	4,30	1,33	14	2	5	4,50	0,94
3. Eu tenho bom relacionamento com um adulto de confiança de quem eu gosto e respeito	23	1	5	4,35	1,27	14	3	5	4,71	0,61
4. Eu gosto de usar a minha experiência para ajudar outros jovens	23	1	5	4,39	1,27	14	1	5	4,21	1,42
5. Eu acredito que as minhas relações com os outros me irão ajudar a ter sucesso	23	1	5	4,30	1,29	14	2	5	4,43	0,94
6. A maioria dos dias sinto que tenho controlo de como a minha vida vai ser	23	1	5	3,96	1,33	14	2	5	3,93	1,00
7. A maioria dos dias orgulho-me da maneira como vivo a minha vida	23	1	5	3,74	1,48	14	2	5	4,07	0,92
8. Eu sinto que estou pronta/o para a próxima fase da minha vida	23	1	5	3,87	1,55	14	2	5	4,29	1,14

Fonte: *Inquérito Competências para a Vida, 2024.*

3.3. Discussão sobre os resultados da Escala de Competências para a Vida

Assim, podemos identificar que as categorias com médias mais elevadas foram as categorias de Competências de Autocuidado ($M = 4,37$), Competências de Vida Diária ($M = 4,31$) e Competências de Relacionamento e Comunicação. Por outro lado, as secções com médias inferiores foram as Competências de Trabalho e Estudos ($M = 3,67$) e as Competências de Habitação e Gestão de Dinheiro ($M = 3,22$).

Outra das conclusões após toda a análise dos resultados deste questionário é que, apesar de existirem algumas diferenças entre os participantes dos dois sexos, o valor médio das respostas, bem como dos desvios padrão, não apresentam amplitudes significativas

Estes resultados obtidos por via da aplicação da escala seguem as tendências de outros estudos já realizados em Portugal que recorreram também eles à utilização da escala Casey Life Skills (CLS) (Nolan *et al.*, 2000) para avaliar as competências de vida de jovens em acolhimento institucional, especialmente no contexto da transição para a vida adulta, destacando duas investigações desenvolvidas na Universidade Católica Portuguesa que adaptaram e validaram esta escala para a realidade portuguesa.

Macedo (2017) estudou as competências de relacionamento e projeção do futuro de jovens em CAR. Neste estudo não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nas competências avaliadas, incluindo em relação ao género, idade e tempo de acolhimento, ainda que as CRC se demonstrassem mais consolidadas e as CPF com maiores fragilidades e maior margem de melhoria. Além disso, uma das principais conclusões da autora prende-se na importância de avaliar as competências de cada C/J na sua individualidade para personalizar e melhor adequar a sua transição para a vida autónoma e adulta.

Azeredo (2016) utilizou a mesma escala para estudar competências diferentes: CVD, CAC e CHGD e chegou a conclusões similares: ainda que as CHGD tenham resultados mais modestos e as CVD e CAC se revelem mais estruturadas e consolidadas, não existem desvios ou diferenças significativas nos resultados em prol da idade ou género dos participantes.

Outros estudos e projetos realizados neste âmbito, como o programa “Sou Capaz” (Oliveira, 2020) e os autores Sousa (2015) e Ribeiro (2023) que estudaram e trabalharam os processos de autonomia de C/J institucionalizados, concluíram que é urgente e importante a implementação de programas específicos e mais concretos, que promovam um desenvolvimento mais acompanhado de competências cruciais para a transição para a vida autónoma.

De destacar que o parâmetro que, ao longo desta análise quantitativa, obteve constantemente um valor médio elevado de todas as respostas diz respeito ao apoio por parte de um adulto próximo ou à presença de uma rede de suporte. A presença de um adulto significativo no percurso de vida de um jovem é amplamente reconhecida como um fator determinante para o seu desenvolvimento saudável e para uma transição bem-sucedida para a vida autónoma.

Uma das teorias mais influentes neste campo é a Teoria da Vinculação, desenvolvida por John Bowlby (1969/1982). Segundo esta teoria, os vínculos afetivos estabelecidos entre as C/J e a(s) figura(s) cuidadora(s) têm um papel estruturante no desenvolvimento da personalidade e na forma como o indivíduo se relaciona consigo próprio e com os outros ao longo da vida. Um adulto significativo, que seja sensível, consistente e emocionalmente disponível, contribui para que o jovem desenvolva um “modelo interno de funcionamento” seguro, promovendo competências como a autoestima, a regulação emocional e a confiança interpessoal – essenciais para enfrentar os desafios da vida autónoma (Ainsworth, 1989; Bowlby, 1982).

Outra abordagem relevante é a Teoria do Desenvolvimento Psicossocial de Erik Erikson (1950/1963), que sublinha a importância da presença de figuras de referência estáveis no processo de formação da identidade. Especialmente durante a adolescência e o início da vida adulta – fases marcadas pelas tarefas de construção da identidade e da autonomia – o suporte de adultos significativos (como cuidadores, educadores ou mentores) pode facilitar a resolução positiva dos conflitos psicossociais como a tensão entre identidade vs. confusão de papéis ou entre intimidade vs. isolamento Erikson (1950/1963).

A importância de uma figura estável e segura como referência e apoio continua a ser estudada na atualidade e a sua importância mantém-se inquestionável. A Teoria da

Autodeterminação, proposta por Deci e Ryan (2017) destaca que o desenvolvimento ótimo dos indivíduos depende da satisfação de três necessidades psicológicas básicas: autonomia, competência e relacionamento. A presença de adultos significativos pode ser crucial para satisfazer essas necessidades, fornecendo suporte emocional, orientação e oportunidades para que os jovens desenvolvam competências e tomem decisões autônomas. (Ryan & Deci, 2017).

Outra abordagem relevante é o conceito de Adulter Emergente, proposto por Jeffrey Arnett (2015) e expandido em estudos posteriores. Esta teoria caracteriza o período entre os 18 e os 29 anos como uma fase distinta do desenvolvimento, marcada por exploração de identidade, instabilidade, foco no eu, sensação de estar entre a adolescência e a adultez, e possibilidades. Durante esta fase, a presença de adultos significativos pode fornecer a estabilidade e o apoio necessários para que os jovens naveguem pelas incertezas e tomem decisões informadas sobre o seu futuro (Arnett, 2015).

Em síntese, tanto as teorias mais iniciais como as mais contemporâneas reforçam a ideia de que a presença de adultos significativos continua a ser fundamental no desenvolvimento dos jovens e na aquisição e desenvolvimento de competências para a vida, especialmente durante a transição para a vida autônoma e é um ponto muito positivo e merecedor de destaque que essas relações consigam se estabelecer e ganhar relevância na vida dos jovens em CAR.

3.4. O que nos dizem os Projetos Educativos?

Para complementar este estudo foram também analisados sete Projetos Educativos de casas de acolhimento e apartamentos de autonomização.

O Projeto Educativo é de extrema importância e pertinência porque ajuda a orientar todo o trabalho com as crianças e jovens que vivem naquele tipo de contexto. Nesse documento estão estabelecidos os objetivos e os princípios que guiam a intervenção educativa, assegurando que o acolhimento seja sempre pensado de acordo com as necessidades e os direitos das crianças e jovens acolhidos, permitindo à equipa a trabalhar com coerência e em função de princípios orientadores.

Apesar da evidente relevância destes documentos, existem muito poucos projetos educativos publicados nas plataformas ou websites das casas de acolhimento residencial. Acreditamos que a nossa dificuldade em encontrá-los não se deve à sua inexistência, mas sim à falta de publicação digital dos mesmos.

Ainda assim foram encontrados sete documentos pertencentes a casas de acolhimento, um dos quais com uma unidade de apoio e promoção de autonomia dos jovens. Estas instituições encontram-se distribuídas por toda a extensão do nosso país, sendo duas do distrito do Porto, uma do distrito de Bragança, uma do distrito de Braga, uma do distrito de Aveiro, uma do distrito de Évora e uma da região autónoma dos Açores. Esta dispersão é, de certa forma, compatível com a difusão das respostas ao questionário, mantendo a nossa análise transversal a todo o território.

Tabela 18. *Presença ou ausência dos diferentes tipos de competências nos projetos educativos analisados*

Projeto Educativo	COMPETÊNCIAS						
	CVD	CA	CRC	CHGD	CTE	CPCE	CPF
A	x	x	--	x	--	x	--
B	x	x	--	x	--	x	--
C	x	x	x	--	--	--	--
D	x	x	x	--	--	--	--
E	--	x	x	--	--	--	--
F	--	--	--	--	--	--	--
G	--	--	--	--	--	--	--
Total	4	5	3	2	0	2	0

Fonte: Elaboração da autora a partir dos Projetos Educativos

Consideramos importante realçar que dois dos documentos analisados (documento F e documento G) não tinham nenhuma referência a processos de autonomização, competências de autonomia ou qualquer outro conceito semelhante (ver tabela 18). Além disso, realça-se também duas categorias de competências – Competências de Trabalhos e Estudos (CTE) e Competências de Projeção de Futuro (CPF) – que não são referidas em nenhum dos documentos, nem têm qualquer alusão às suas competências específicas.

As Competências de Vida Diária (CVD) foram referidas, direta ou indiretamente, em quatro documentos (documentos A, B, C e D) e as Competências de Autocuidado (CA)

foram as mais mencionadas estando presentes em 5 dos documentos analisados (A, B, C, D e E). Por sua vez, as Competências de Relacionamento e Comunicação (CRC) aparecem em três dos documentos referidos (documentos C, D e E) e as Competências relativas a Planeamento de Carreira e Educação (CPCE) são as que são menos apontadas, estando presentes apenas nos documentos A e B e, por fim, as Competências de Habitação e Gestão de Dinheiro (CHGD) surgem apenas referidas de forma vasta no documento A. De seguida, analisaremos todas as referências e alusões destes documentos às áreas das competências abordadas no questionário e tentaremos cruzar as informações obtidas em ambos.

As CVD apresentam, como visto anteriormente, resultados bastante positivos e a média das respostas é bastante elevada (4,31) A presença de referências a estas competências nos projetos educativos e planos de atividades em análise é também bastante significativa. Estas competências aparecem referenciadas em 4 dos 8 documentos analisados. Dentro dos temas abordados nas Competências de Vida Diária, o que surge mais vezes nos documentos analisados é a alimentação, com citações como: *“desenvolvimento de competências de culinária”* (documento B) e *“é aqui abrangendo um conjunto considerável de aspectos de vida institucional, que compreende (...) noções de alimentação”* (documento C). Além disso, são também referidos os cuidados de saúde como *“proporcionar atitudes críticas face à saúde e promover a saúde oral”* (documento D), *“capacitar para comportamentos ajustados às problemáticas de saúde: ida autónoma a consultas médicas”* (documento B). Indiretamente são referidas outras competências como a prevenção de comportamentos de risco (documento B) e cuidado com a autoimagem (documentos A, C e D).

As CA são as que aparecem mais frequentemente referenciadas, contabilizando cinco do total dos sete documentos analisados. Além de serem as mais mencionadas nos documentos, as Competências de Autocuidado são as que obtiveram uma média de respostas com valor mais elevado (4,37). Estes dois resultados em sintonia podem demonstrar a importância da prática e da consciência dos profissionais sobre os mesmos no caminho da autonomia e da aquisição de competências por parte dos jovens e adolescentes. No entanto, essas referências são todas muito indiretas ou implícitas. A alusão mais concreta encontra-se no documento C quando refere que: *“contudo é fundamental proporcionar-lhes momentos em que possam permanecer no quarto, dando-*

lhes espaço para fazerem o que mais gostam, inclusive descansar, ouvir música, ver filmes...”.

As CRC são mencionadas em três dos documentos analisados, ou seja, menos da metade. Apesar disso, os resultados quantitativos desta seção são bastantes positivos, com um valor médio de respostas de 4,30. As referências mais diretas as estas competências aparecem no documento A (*“uma ação de cariz terapêutico centrada na promoção da autoestima, da autonomia e na construção da identidade, valorizando a dimensão relacional, pode ajudar a estruturar e ajustar os modelos internos, promover uma reestruturação potenciadora de resiliência e capacitar para uma melhor adaptação social e bem-estar geral”*) e no documento E (*“aprender a viver juntos” e “promover conhecimento sobre as emoções e sua gestão, no domínio pessoal e social”*).

As CHGD são a secção que apresentou valor médio de respostas mais reduzido (3,22) e aparece referenciado em apenas dois dos documentos analisados. O documento A define uma das suas estratégias como *“desenvolver estratégias de reflexão sobre a autonomia nas suas diversas dimensões e implicações nas práticas relevantes do funcionamento e regras da casa”* e o documento B define o objetivo de *“desenvolver ferramentas para a vida autónoma”* no qual estão inseridas as seguintes atividades: elaboração e participação na escala de tarefas; idas às compras, realização de diligências em entidades públicas autonomamente e deslocação autónoma em transportes públicos e todas estas ações estão bastantes alinhadas com as competências abordadas nas perguntas desta dimensão de competências.

Por último, as CPCE, que obtiveram um resultado médio de respostas de 3,80, aparecem apenas mencionadas indiretamente no documento A com a importância de *“contribuir para a formação integral, promover a orientação vocacional e profissional, impulsionando à autonomia”*. A referência escassa e pouco direta a estas competências pode ser reflexo de pouco investimento nesta área por parte das casas de acolhimento, o que ajudaria a explicar os resultados baixos.

Como já dito anteriormente, as competências de TE, bem como as competências de PF, que obtiveram valores médios de resposta de 3,67 e 4,21, respetivamente, não foram mencionados ou abordados em nenhum dos setes documentos recolhidos e analisados.

Embora os dados analisados sejam relevantes para a compreensão das competências dos jovens em processo de autonomização, importa referir que não permitem retirar conclusões mais abrangentes, uma vez que resultam da consulta de apenas sete documentos. Ainda assim, os contributos identificados constituem um ponto de partida valioso para a reflexão crítica sobre esta temática e evidenciam a necessidade de aprofundar a investigação neste domínio.

Conclusão

A presente dissertação teve como objetivo analisar o desenvolvimento de competências para a vida por parte de jovens institucionalizados, com especial atenção à forma como estas competências são promovidas em contexto de acolhimento residência ou apartamentos de autonomia e investigar as eventuais diferenças relacionadas com o género. Através da aplicação da Escala de Competências de Vida (Gonçalves, Macedo, Pinto & Azeredo, 2016) em formato online e da análise de projetos educativos institucionais, foi possível recolher dados relevantes que permitem refletir sobre as práticas em vigor e as necessidades emergentes.

Os resultados evidenciam que, apesar da existência de algumas competências bem consolidadas, como as competências associadas ao autocuidado, à comunicação e à literacia digital, persistem fragilidades marcadas nas áreas da gestão financeira, habitação, acesso a apoios sociais e burocracia laboral. Estes domínios assumem especial relevância no processo de transição para a vida adulta e devem, por isso, ser alvo de uma intervenção mais consistente e personalizada.

Como expectável, verificaram-se ainda algumas diferenças entre os sexos em várias dimensões das competências analisadas, sugerindo que os estereótipos de género continuam presentes no modo como as competências são promovidas e interiorizadas. As participantes do sexo feminino revelaram maior literacia institucional, sensibilidade e empatia no relacionamentos e domínio de competências de autocuidado, enquanto os rapazes demonstraram melhores indicadores em áreas como a segurança e o transporte. Esta realidade reforça a necessidade de práticas educativas mais equitativas, que rompam com padrões tradicionais e promovam uma verdadeira igualdade de competências e de oportunidades.

Um dos grandes destaques desta análise são os valores constantemente elevados nas respostas às perguntas relacionadas com a presença de figuras e adultos de referências com quem os participantes demonstram relações de confiança e de proximidade. Estas relações são uma retaguarda essencial para o processo de autonomização e para os percalços que tipicamente acontecem nestes momentos de transição.

A análise dos projetos educativos revelou uma escassa referência explícita aos processos de autonomização, o que constitui, na minha opinião, uma lacuna preocupante. Esta ausência pode indicar a necessidade de reforçar a intenção pedagógica neste domínio, com uma planificação mais centrada no jovem como sujeito ativo do seu percurso.

Limitações e potencialidades da pesquisa

Apesar dos resultados possíveis de análise com este estudo, a amostra (tanto o número de participantes como em número de documentos analisados) foi muito reduzida face ao número total existente em Portugal. A possibilidade de expandir esta análise poderia reforçar os resultados e ajudar a orientar de forma mais adequada e benéfica os processos de autonomização. Um possível próximo passo com interesse para tornar a intervenção com os adolescentes e jovens mais equitativa e justa pode também passar por tentar compreender a motivação por detrás das diferenças apresentadas pelos participantes dos diferentes sexos.

A opção por implementar este questionar de forma online foi tomada para tentar abranger o máximo da CAR possível em todo o território nacional, de forma a diversificar e ampliar a amostra. No entanto, não se traduziu no esperado. Eventualmente um contacto mais direto com as instituições com entrega dos questionários em papel poderia ter contribuído para taxas de resposta mais elevadas.

Embora a variável sexo tenha sido considerada, outras dimensões relevantes como a idade ou o tempo de acolhimento não foram aprofundadamente exploradas, desde logo porque não era objetivo principal da pesquisa, o que poderia ter permitido uma análise mais fina das competências e fragilidades identificadas.

Não obstante estas limitações, este estudo revela importantes potencialidades. A auscultação direta dos jovens constitui um aspeto de valor muito positivo, na medida em que lhes confere voz num processo que os envolve diretamente. A tentativa de alargar o universo da amostra — mesmo que com poucas respostas efetivas — demonstra a pertinência e atualidade da temática, bem como a relevância de investir na sua disseminação junto de contextos de acolhimento.

Recomendações

Com base nos resultados obtidos, propõe-se que os projetos educativos das casas de acolhimento sejam mais explícitos na definição das competências a desenvolver com os jovens, articulando objetivos concretos e mensuráveis. Além disso, a publicação e divulgação dos mesmos poderá ser benéfica para estudos futuros.

Sugere-se, igualmente, a aplicação sistemática de instrumentos de avaliação, como escalas de competências de vida, no momento da entrada e ao longo do percurso institucional, de forma a identificar fragilidades específicas e permitir uma intervenção mais direcionada e eficaz. O desenvolvimento de projetos de autonomia deve, assim, assentar em propostas mais estruturadas e adaptadas ao perfil dos jovens, contribuindo para um processo de transição mais sustentado e significativo.

Por fim, apontar a necessidade de estudar outras variantes como o tempo de acolhimento ou a idade, pois certamente se traduzirão em resultados diferentes e quanto mais e melhor conhecermos a realidade e as necessidades das C/J melhor poderá ser o trabalho desenvolvido com os mesmos nos seus processos de autonomização e transição para a vida autónoma.

Bibliografia

- Afonso, R. M., & Poeschl, G. (2006). Representaciones del impacto de la situación de desempleo en las prácticas familiares. *Revista de Psicología Social*, 21(3), pp. 241-258.
- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709–716. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.4.709>
- Azeredo, A. (2016). Jovens em sistema de acolhimento: competências de vida diária, autocuidado, habitação e gestão do dinheiro [Dissertação de Mestrado, Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais da UCP]. Universidade Católica Portuguesa.
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Barros, I. (2021). A autonomia como avanço para o futuro. *Repositório Comum*.
- Bem, S. L. (1993). *The lenses of gender: Transforming the debate on sexual inequality*. Yale Univers
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books. (Original work published 1969)
- Bryman, A. (2004). *Social Research Methods*. Oxford University Press.
- Coelho, L. (2016). Finanças conjugais, desigualdades de género e bem-estar: Facetas de um Portugal em crise. *Revista Crítica de Ciências Sociais*, 111, pp. 59-80. <https://doi.org/10.4000/rccs.6461>
- Costa, A., Tomás, C. A., Luís, E., Rodrigues, L., Malheiro, M., & Gonçalves, S. (2015). Oficina São José: Práticas que (De)Marcam: Autonomia, Participação e Transições das Crianças e Jovens na Oficina de S. José (Braga). In M. J. Leote de Carvalho & A. Salgueiro (Eds.), *Pensar o Acolhimento Residencial de Crianças e Jovens* (pp. 153–172). Fundação Calouste Gulbenkian
- Creswell, J. & Clark, V. (2007). *Designing and Conducting Mixed Methods Research*. 1ª ed. Sage Publications.
- Decreto-Lei n.º 12/2008. (2008). *Diário da República: I Série, nº 12*. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/decreto-lei/12-2008-248484>.

- Decreto-Lei n.º 26/2018, de 24 de abril. Diário da República n.º 80/2018, Série I, 1692–1697
- Decreto-Lei n.º 147/1999. (1999). Diário da República: I Série, nº 204. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/lei/147-1999-581619>.
- Erikson, E. H. (1963). *Youth: Change and challenge*. Basic Books.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.
- European Commission. (2014). *Tackling the Gender Pay Gap in the European Union*. Luxembourg: Publications Office of the European Union.
- Fuchs, C., & Trottier, D. (2019). *Research methods in social media* (2nd ed.). Sage Publications.
- Gaspar, J. P., Gaspar, M. F., Melo, J. D., & Santos, S. (2015). Jovens adultos que viveram acolhidos: autonomização desafiante. *Revista Multidisciplinar*, 1(1).
- Gomes, J. M. N. (2019). *A promoção da autonomia em adolescentes acolhidas na CIJE: estudo de caso*. [Dissertação de Mestrado, Instituto Politécnico de Castelo Branco].
- Gonçalves, S., Macedo, C., Pinto, R., & Azeredo, J. (2016). *Jovens em sistema de acolhimento: Competências de vida diária, autocuidado e gestão de habitação e dinheiro*. Universidade Católica Portuguesa.
- Grupo de Coordenação do Plano de Auditoria Social & CID – Crianças, Idosos e Deficientes – Cidadania, Instituições e Direitos. (2005). *Manual de boas práticas: Um guia para o acolhimento residencial das pessoas em situação de deficiência*. Instituto da Segurança Socialg
- Instituto da Segurança Social (2003). *Manual de Boas Práticas. Um guia para o acolhimento residencial das crianças e jovens*. ISS.
- Instituto para o Desenvolvimento Social. (2000). *Lares de Crianças e Jovens: Caracterização Sociográfica e Percursos de Vida*. Instituto para o Desenvolvimento Social e Ministério do Trabalho e da Solidariedade.
- Joel, D., & Vikhanski, L. (2020). Cérebro e género: Para lá do mito do cérebro masculino e feminino. *Temas e Debatesfu*

- Macedo, A. M. O. (2017). Competências de relacionamento, comunicação e projeção do futuro na transição para a idade adulta de jovens em acolhimento institucional: Adaptação do Casey Life Skills [Dissertação de mestrado, Universidade Católica Portuguesa]. Repositório Institucional da Universidade Católica Portuguesa.
- Marques, C. (2015). Autonomização de jovens em acolhimento residencial: Discursos e significados. *Configurações*, 23, 14–30.
- Martins, S. C., Sebastião, J., Abrantes, P. & Rodrigues, M. L. (2018). Desigualdades e políticas educativas: Portugal no contexto europeu. In Renato Miguel do Carmo, João Sebastião, Joana Azevedo, Susana da Cruz Martins, António Firmino da Costa (Ed.), *Desigualdades sociais: Portugal e a Europa*. Lisboa: Mundos Sociais.
- Mendes, F. M., & Oliveira, M. L. (2020). Autonomização de jovens em acolhimento residencial: Discursos e práticas. *Configurações*, 25, 55-73.
- Nollan, K., Wolf, M., Ansell, D., Burns, J. Barr, L., Copeland, W. & Paddock, G. (2000). Ready or Not: Assessing Youth's Preparedness for Independent Living. *Child Welfare*, 79(2), pp. 159-176.
- Noom, M. J., Deković, M., & Meeus, W. H. J. (2001). Conceptual analysis and measurement of adolescent autonomy. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(5), 577–595.
- Oliveira, D. R. (2020). A importância da capacitação dos jovens em processo de autonomização: estudo de caso em duas casas de acolhimento residencial generalista da região norte [Dissertação de mestrado, Instituto Superior de Serviço Social do Porto].
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2013). *Desenvolvimento humano* (12^a ed.). AMGH Editora.
- Peixoto, C. (2023). Autonomia de Vida [PowerPoint]. I Encontro de Infância e Juventude, [Porto, Portugal].
- Peixoto, P. (2017). Ética e regulação da pesquisa nas Ciências Sociais na sociedade do consentimento. *Educação*, 40(2). 150-159. <https://doi.org/10.15448/1981-2582.2017.2.27005>.

- Perista, H. (2002). Género e Trabalho Não Pago: os Tempos das Mulheres e os Tempos dos Homens. *Análise Social*, 37 (163), 447-474.
- Pimentel, M. (2021, março 6). Mulheres dedicam-se à casa mais do dobro do tempo dos homens. “Só é pior na Turquia”. *Renascença*. <https://rr.sapo.pt/artigo/em-nome-da-lei/2021/03/06/mulheres-dedicam-se-a-casa-mais-do-dobro-do-tempo-dos-homens-so-e-pior-na-turquia/229297/>.
- Poeschl, G. (2000). Trabalho doméstico e poder familiar: práticas, normas e ideais. *Análise Social*, 35(156), pp. 695-719.
- Portugal. (2023). Portaria n.º 450/2023, de 22 de dezembro. *Diário da República*, 1.ª série, n.º 243. Disponível em <https://dre.pt>.
- Reichert, C. B., & Wagner, A. (2007). Considerações sobre a autonomia na contemporaneidade. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 7(3), 405–418.
- Ribeiro, P. (2023). Os programas de preparação de autonomia que concretizam a autonomização dos jovens em acolhimento [Dissertação de mestrado, Instituto Superior de Serviço Social do Porto].
- Ribeiro, R., Coelho, L., & Ferreira Valente, A. (2015). Unemployment and Gender Equality within the Family in Portugal. *Ex aequo*, 32, pp. 69-85.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.
- Singly, F. (2005). *L'individualisme est un humanisme*. La Tour-d'Aigues: Éditions de l'Aube
- Siqueira, A. C., Dell'Aglio, D. D., & Dellazzana-Zanon, L. L. (2018). Transição entre o acolhimento e a vida adulta: Revisão sistemática de literatura. *Psicologia em Estudo*, 23, e40363
- Sousa, R. E. (2015). Desenvolvimento de competências de vida e os processos de autonomização em lares de infância e juventude [Dissertação de mestrado, Universidade de Coimbra].
- Spence, J. T. (1993). Gender-related traits and gender ideology: Evidence for a multifactorial theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 624–635.

Vicente, B., & Lopes, R. (2021). Autonomia enquanto processo, Independência como Resultado. Em C. Peixoto, & M. Oliveira, Acolhimento Residencial de Crianças e Jovens em Perigo: Conceitos, Prática e Intervenção (pp. 233-242).

ANEXOS

Anexo 1. Questionário “Escala de Competências para Vida”

Escala de Competências de Vida (Gonçalves, Macedo, Pinto & Azeredo, 2016)

Por favor, lê com atenção.

Designação do projeto de investigação: Construindo Pontes para a Autonomia: Perceção dos Jovens Acolhidos.

Esta investigação tem como objetivo geral identificar as competências de vida consolidadas pelos jovens em situação de Acolhimento Residencial. Assim, definimos como objetivos específicos: Analisar a perceção dos jovens acolhidos em relação à sua autonomia; Conhecer o nível de autonomia dos jovens nas dimensões atitudinal, funcional e emocional; Analisar possíveis disparidades nas competências de vida adquiridas com base em características sociodemográficas dos jovens.

Este questionário enquadra-se numa dissertação de mestrado em Intervenção Social com Crianças e Jovens em Risco de Exclusão Social que está a ser desenvolvido no Instituto Superior de Serviço Social do Porto, sob orientação da Prof. Doutora Madalena Oliveira e Idalina Machado.

Ao responder e submeter este formulário, confirmas ter lido e compreendido o documento que te foi apresentado anteriormente. Queremos que saibas que podes recusar participar no estudo a qualquer momento, sem qualquer prejuízo. Se o responderes voluntariamente, teremos a tua permissão para a utilização dos dados fornecidos. Podes ter a certeza que os dados serão usados só para o nosso trabalho e que nem o teu nome nem nenhum outro dado pessoal será partilhado para outros fins.

Cada uma das seguintes afirmações serve para avaliar as tuas competências de autonomia de vida em diversas áreas e contextos do teu dia a dia. Lê cuidadosamente cada uma das afirmações e responde de forma verdadeira a cada uma delas, por favor.

Para responder tem em atenção a seguinte escala:

1 – Não; 2 – A maioria das vezes não; 3 – Às vezes; 4 – A maioria das vezes sim; 5 – Sim

No caso de sentires necessidade de algum esclarecimento adicional, poderás entrar em contacto:

Inês Oliveira (220123004@issp.pt) ou Joana Carvalho (220123003@issp.pt), as alunas do 2º de Mestrado em Intervenção Social com Crianças e Jovens em Risco de Exclusão Social - ISSSP.

Muito obrigada desde já pela tua colaboração!

Queremos conhecer-te!

Começamos este questionário por fazer algumas perguntas sobre ti! Elas vão ajudar-nos a conhecer-te melhor, mas sem quebrar o princípio da confidencialidade ou revelar a tua identidade.

- Em que ano nasceste?

- Em que ano nasceste?

Feminino

Masculino

Prefiro não dizer

Outra opção

- Com que género te identificas?

Feminino

Masculino

Prefiro não dizer

Outra opção

- Em que concelho se situa a tua casa de acolhimento?

- Há quanto tempo vives em casa de acolhimento? (Pensa em todas as casas de acolhimento em que já tiveste)

Menos de 1 ano

De 1 a 3 anos

Mais de 3 e até 5 anos

Mais de 5 anos

- Tens irmãs ou irmãos?

Não

Sim

- Se tens irmã/irmão(s), eles vivem numa casa de acolhimento também?

Sim, vive(m) na minha casa de acolhimento

Sim, mas vive(m) noutra casa de acolhimento

Não, vive(m) com a nossa família

Não, vive (m) de forma autónoma

Outra opção

- Tens contacto com os teus pais ou com algum outro familiar?

Sim

Não

- Se sim, com quem? (indica o grau de parentesco que têm contigo, ex. avó paterna, tio, etc.)

- Qual a tua ocupação?

Sou estudante

Sou trabalhador/a

Sou trabalhador/a estudante

Competências de Vida Diária

Nesta secção vais encontrar perguntas sobre planeamento e preparação das refeições, compras de alimentos, limpezas e manutenção da casa e noções básicas de utilização da internet.

	1	2	3	4	5
Eu sei como aceder à internet.					
Eu consigo encontrar o que quero na internet.					
Eu sei como usar a minha conta de email.					
Eu sei criar, guardar, imprimir e enviar documentos do computador.					
Eu conheço os riscos de me encontrar com uma pessoa que conheci online.					
Eu não faria publicações de fotografias ou mensagens se eu pensasse que iriam magoar os sentimentos de alguém.					
Se alguém me enviar mensagens online que me façam sentir mal ou com medo, eu saberei o que fazer ou a quem contar.					
Eu conheço pelo menos um adulto, para além do técnico/gestor de referência, que iria atender um telefonema meu a meio da noite se eu tivesse uma emergência.					
Um adulto que eu conheço, para além do técnico/gestor de referência, contacta-me para saber como eu estou regularmente.					

	1	2	3	4	5
--	---	---	---	---	---

Um adulto que eu conheço, para além do técnico/gestor de referência, contacta-me para saber como eu estou regularmente.					
Eu consigo fazer refeições com ou sem receita.					
Eu penso sobre a minha alimentação e qual o impacto na minha saúde.					
Eu sei ler o conteúdo dos rótulos de produtos alimentares relativos à quantidade de gordura, sal e calorias dos alimentos.					
Eu sei como lavar a minha roupa na máquina.					
Eu mantenho o espaço onde vivo limpo.					
Eu sei que produtos de limpeza devo usar nas diferentes áreas da casa, designadamente na cozinha e na casa de banho.					
Eu sei passar a ferro.					
Eu sei como usar um extintor.					

Competências de Autocuidado

As próximas perguntas são sobre o teu desenvolvimento físico e emocional saudável, assim como higiene pessoal, cuidar da própria saúde e prevenção da gravidez

	1	2	3	4	5
Eu sei fazer curativos a pequenas feridas e o que fazer quando estou doente.					
Quando preciso, sei como obter cuidados médicos e dentários.					
Eu sei como marcar as minhas consultas médicas e dentárias.					
Eu sei quando devo ir às urgências em vez de ir ao consultório médico.					
Eu conheço a história médica da minha família.					
Eu tomo banho diariamente.					
Eu escovo os meus dentes diariamente.					

	1	2	3	4	5
Eu tenho, pelo menos, um adulto de confiança que me iria visitar se eu estivesse no hospital.					

Eu tenho, pelo menos, um adulto em quem confio que legalmente pode tomar decisões médicas por mim e falar por mim, caso eu esteja incapaz de o fazer.					
Eu sei como posso aceder a medidas de apoio social.					
Eu sei como posso aceder a medidas de apoio ao nível da saúde.					
Eu sei como posso aceder a medidas de apoio à formação/educação.					
Eu sei como me afastar de situações que me possam prejudicar.					
Eu tenho para onde ir quando me sinto inseguro.					
Eu sei dizer que não a uma relação íntima quando não quero.					
Eu sei formas de me proteger de Doenças Sexualmente Transmissíveis (DST).					
Eu sei prevenir uma gravidez.					
Eu sei onde ir para obter informação sobre sexo ou gravidez.					

Competências de Relacionamento e Comunicação

Já fizeste mais de metade! Agora é um instante!

Nesta secção vais encontrar perguntas sobre desenvolvimento e manutenção de relacionamentos saudáveis, conhecimento cultural e ligação com adultos.

	1	2	3	4	5
Eu consigo falar por mim próprio.					
Eu sei como agir em situações sociais ou profissionais.					
Eu sei como respeitar pessoas com diferentes crenças, opiniões e culturas.					
Eu consigo explicar a diferença entre orientação sexual e identidade de género.					
Eu penso sobre como as minhas escolhas têm impacto nos outros.					
Eu consigo lidar com a raiva sem magoar os outros ou danificar coisas.					
Eu mostro aos outros que me preocupo com eles.					

	1	2	3	4	5

Eu tenho amigos com quem gosto de estar que me ajudam a sentir apreciado e com valor.					
Eu sou parte de uma família e nós cuidamos uns dos outros.					
Eu consigo entrar em contacto com, pelo menos, um membro da minha família quando eu quero.					
Eu tenho amigos e/ou família com quem estar nas férias e em ocasiões especiais.					
Eu sei que posso ficar ao cuidado, pelo menos, de um adulto quando eu sair do acolhimento.					
Eu conheço, pelo menos, um adulto que pode ser avô ou avó, tio ou tia dos meus filhos ou futuros filhos.					
Eu sei os sinais de um relacionamento abusivo.					
Eu sei qual é o objetivo do meu acolhimento.					
Eu tenho informação sobre os membros da minha família.					

Habitação e Gestão de Dinheiro

A tua participação está a ser incrível! Obrigada!

As próximas perguntas são sobre gestão de contas bancárias, procurar e manter uma casa acessível e viver dentro das próprias possibilidades.

Eu compreendo o funcionamento das taxas de juro nos empréstimos ou compras com cartão de crédito.	1	2	3	4	5
Eu sei as desvantagens de fazer compras com o meu cartão de crédito.					
Eu sei a importância de um limite de crédito.					
Eu sei como gerir a minha conta bancária.					
Eu coloco dinheiro na minha conta poupança quando posso.					
Eu conheço um adulto que me iria ajudar se eu tivesse uma emergência financeira.					
Eu consulto o meu banco online para manter o controlo do meu dinheiro.					
Eu conheço as vantagens e desvantagens de usar um cheque pré-datado ou pagamento com o cartão de crédito da loja.					

	1	2	3	4	5
Eu sei como encontrar uma casa segura e economicamente acessível.					
Eu consigo calcular os custos ao mudar para uma casa nova, tais como os meus rendimentos, caução, valor da renda, existência de um fiador, eletrodomésticos e mobília.					
Eu sei como preencher uma candidatura para ter apoio ao arrendamento de um apartamento.					
Eu sei como obter uma ajuda de emergência para pagar água, eletricidade e contas de gás.					
Eu sei o que pode acontecer se não cumprir com o contrato de arrendamento.					
Eu sei explicar a importância de ter um seguro de arrendatário ou proprietário.					
Eu conheço um adulto com quem poderia viver uns dias ou semanas se precisasse.					
Eu conheço, pelo menos, um adulto que vive numa casa estável e segura e que me contacta regularmente, para além do meu gestor de caso ou outro profissional.					
Eu conheço um adulto que posso procurar para obter aconselhamento financeiro.					
Eu faço o plano de gastos que devo pagar todos os meses.					
Eu mantenho registos do dinheiro que recebo e das contas que pago.					

	1	2	3	4	5
Eu sei o que me pode acontecer, segundo as leis do meu país, se for apanhado a conduzir sem seguro de carro ou carta de condução.					
Eu consigo explicar como podemos renovar a carta de condução ou o cartão de cidadão.					
Eu consigo calcular todos os custos do meu próprio carro, tais como registo, reparações, seguro e combustível.					
Eu sei como usar um transporte público para chegar onde eu preciso.					

Obrigada por continuares a responder!

Agora pedimos-te que respondas a algumas perguntas relacionadas com noções de emprego, questões legais, competências de estudo e gestão de tempo.

	1	2	3	4	5
Eu sei como encontrar uma casa segura e economicamente acessível.					
Eu consigo calcular os custos ao mudar para uma casa nova, tais como os meus rendimentos, caução, valor da renda, existência de um fiador, eletrodomésticos e mobília.					
Eu sei como preencher uma candidatura para ter apoio ao arrendamento de um apartamento.					
Eu sei como obter uma ajuda de emergência para pagar água, eletricidade e contas de gás.					
Eu sei o que pode acontecer se não cumprir com o contrato de arrendamento.					
Eu sei explicar a importância de ter um seguro de arrendatário ou proprietário.					
Eu conheço um adulto com quem poderia viver uns dias ou semanas se precisasse.					
Eu conheço, pelo menos, um adulto que vive numa casa estável e segura e que me contacta regularmente, para além do meu gestor de caso ou outro profissional.					
Eu conheço um adulto que posso procurar para obter aconselhamento financeiro.					
Eu faço o plano de gastos que devo pagar todos os meses.					
Eu mantenho registos do dinheiro que recebo e das contas que pago.					

	1	2	3	4	5
Eu sei o que me pode acontecer, segundo as leis do meu país, se for apanhado a conduzir sem seguro de carro ou carta de condução.					
Eu consigo explicar como podemos renovar a carta de condução ou o cartão de cidadão.					
Eu consigo calcular todos os custos do meu próprio carro, tais como registo, reparações, seguro e combustível.					

Eu sei como usar um transporte público para chegar onde eu preciso.					
---	--	--	--	--	--

Trabalho e Estudos

Obrigada por continuares a responder!

Agora pedimos-te que respondas a algumas perguntas relacionadas com noções de emprego, questões legais, competências de estudo e gestão de tempo.

	1	2	3	4	5
Eu sei como elaborar um currículo.					
Eu sei como preencher um formulário para uma candidatura de emprego.					
Eu sei como me preparar para uma entrevista de emprego.					
Eu sei o que significam as informações no recibo do salário.					
Eu sei como preencher um formulário de pedido de isenção da Segurança Social para o primeiro emprego.					
Eu sei quais são os direitos dos trabalhadores.					
Eu sei o que é assédio sexual e discriminação.					

	1	2	3	4	5
Eu sei as razões pelas quais os contatos pessoais são importantes para arranjar emprego.					
Eu sei como obter os documentos que preciso para o trabalho, como o Cartão de Cidadão e o registo criminal.					
Eu sei como aceder/obter ao meu registo de saúde e registo criminal.					
Eu conheço um adulto que irá comigo se eu precisar de mudar de escola.					
Eu sei como obter os serviços de psicologia na minha escola.					
Eu sei onde posso obter ajuda para preencher um formulário de Imposto sobre Rendimentos de pessoas Singulares (IRS).					
Eu tenho um adulto na minha vida que se preocupa acerca de como estou na escola ou no trabalho.					

	1	2	3	4	5
Eu aceito receber críticas e orientações na escola ou no trabalho sem perder o controlo.					
Eu sei como preparar-me para os exames e/ou apresentações.					
Eu sei onde posso obter tutoria ou outro tipo de ajuda com os trabalhos escolares.					
Eu revejo o meu trabalho para corrigir erros.					
Eu chego à escola ou ao trabalho a horas.					
Eu faço o meu trabalho bem e atempadamente.					

Planeamento da Carreira e Educação

Falta apenas mais uma página além desta!

As questões seguintes relacionam-se com o planeamento da tua carreira e com os estudos superiores que possam ser pertinentes para um jovem adulto.

	1	2	3	4	5
Eu sei como procurar estágios profissionais.					
Eu sei como encontrar informação sobre formação profissional.					
Eu consigo explicar os benefícios de fazer trabalho voluntário.					
Recentemente conversei com um adulto que trabalha num emprego que eu gostaria de ter.					
Eu sei que tipo de formação (faculdade, escola profissional...) eu preciso para o trabalho que eu quero fazer.					
Eu sei como concorrer para aceder à escola, formação ou trabalho que eu quero depois da escola secundária.					
Eu sei como encontrar ajuda financeira para ajudar a pagar a minha educação ou formação.					
Eu falei com um adulto que cuida de mim sobre os meus planos de educação.					
Eu conheço um adulto que me vai ajudar a candidatar para a formação ou educação depois do ensino obrigatório.					

Projeção do Futuro

Estás mesmo no final!

Estas últimas perguntas são sobre o teu nível de confiança e sentimentos internos, importantes para o teu sucesso!

	1	2	3	4	5
Eu acredito que posso influenciar a forma como a minha vida se vai desenrolar.					
Eu consigo ver-me no futuro como um adulto bem-sucedido.					
Eu tenho bom relacionamento com um adulto de confiança de quem eu gosto e respeito.					
Eu gosto de usar a minha experiência para ajudar outros jovens.					
Eu acredito que as minhas relações com os outros me irão ajudar a ter sucesso.					
A maioria dos dias sinto que tenho controlo de como a minha vida vai ser.					
A maioria dos dias orgulho-me da maneira como vivo a minha vida.					
Eu sinto que estou pronta/o para a próxima fase da minha vida.					

MUITO OBRIGADA!!

Sabemos que este questionário foi longo e que nem sempre foi fácil de responder, mas estamos muito gratas pela tua colaboração e por teres respondido a todas as perguntas! Iremos fazer o nosso melhor para que esta análise seja útil e que possa contribuir para criar medidas que ajudem a melhorar a vida de crianças e jovens que se encontrem na mesma situação que tu!

Obrigada mais uma vez,

Inês Oliveira e Joana Carvalho.

Anexo 2. Autorização das autoras para a utilização da “Escala de Competências para Vida”

De: Armanda Gonçalves <agoncalves@ucp.pt>

Data: segunda-feira, 13 de novembro de 2023, 09:43

Para: madalena.oliveira@issssp.pt <madalena.oliveira@issssp.pt>

CC: Idalina Machado <idalina.machado@issssp.pt>

Assunto: RE: Autorização - Escala de Competências de Vida (Gonçalves, Macedo, Pinto & Azevedo, 2016).

Cara Colega

Bom dia

Agradeço o interesse no instrumento e desde já as minhas desculpas pela demora na resposta. Devido a problemas no servidor, diversos e-mails entram em spam.

Podem utilizar o referido instrumento e fico ao dispor para mais informações que sejam pertinentes

Votos de bons trabalhos

Cumprimentos

Armanda Gonçalves

Anexo 3. Informação ao Participante

FOLHA DE INFORMAÇÃO AO PARTICIPANTE

No âmbito da dissertação de Mestrado em Intervenção Social na Infância e Juventude em Risco de Exclusão Social, nós, as alunas Inês Marques Oliveira, Assistente Social, e Joana Manuela Rangel Carvalho, Educadora Social, sob a orientação das Professoras Doutoras Madalena Sofia Oliveira e Idalina Machado, encontramos-nos a desenvolver uma investigação sobre as competências de vida consolidadas pelos jovens em situação de Acolhimento Residencial em Portugal. Por favor, leia com atenção a informação que se segue.

Objetivos: A nossa investigação tem como objetivo geral identificar as competências de vida consolidadas pelos jovens em situação de Acolhimento Residencial. Assim, definimos como objetivos específicos: Analisar a perceção dos jovens acolhidos em relação à sua autonomia; Compreender como os profissionais avaliam as práticas aplicadas no contexto residencial para fomentar a autonomia dos jovens; Conhecer o nível de autonomia dos jovens nas dimensões atitudinal, funcional e emocional; Analisar possíveis disparidades nas competências de vida adquiridas com base em características sociodemográficas dos jovens.

Procedimentos: As questões apresentadas contém itens de resposta múltipla relacionadas com características sociodemográficas, nomeadamente questões relativas ao sexo, idade, nacionalidade, escolaridade, funções que exerce na Casa de Acolhimento etc. bem como respostas de desenvolvimento que permitem uma reflexão aprofundada sobre as práticas de promoção da autonomia junto dos jovens em acolhimento.

Participação Voluntária: A sua participação é opcional e voluntária. Poderá interromper a sua participação no estudo a qualquer momento sem qualquer prejuízo.

Confidencialidade e Privacidade: Todas as informações recolhidas serão tratadas com total confidencialidade e anonimato. Os resultados provenientes deste estudo podem ser divulgados em publicações, preservando, contudo, o anonimato dos participantes. Apenas

a equipa de investigação terá acesso aos dados recolhidos, que serão eliminados após a publicação dos resultados do estudo.

Benefícios e Riscos: Ao participar estará a contribuir para um maior conhecimento sobre o processo de autonomia em acolhimento residencial, que poderá vir, no futuro, a beneficiar a ti os jovens em acolhimento residencial. No que diz respeito a eventuais riscos associados à participação, importa realçar que todos os procedimentos de avaliação e de intervenção são considerados seguros e pouco incómodos. Não existem custos, seguros ou pagamentos relacionados à sua participação nesta pesquisa.

Para qualquer esclarecimento adicional, poderá contactar a equipa de investigação: Inês Marques Oliveira (2220123004@issp.pt), Joana Manuela Rangel Carvalho (220123003@issp.pt), Madalena Oliveira (madalena.oliveira@issp.pt), Idalina Machado (idalina.machado@issp.pt).

Estudo aprovado pela Comissão de Ética do ISSSP.