

Instituto Politécnico de Leiria

Escola Superior de Educação e Ciências Sociais

Mestrado em Direção de Organizações de Intervenção Social

RevolYouth - Avaliação do Impacto no Desenvolvimento
de Competências Emocionais e Sociais

Relatório de projeto

Inês Carreira Custódio

Trabalho realizado sob a orientação de

Joel Henriques

Leiria, setembro 2025

Mestrado em Direção de Organizações de Intervenção Social

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS SOCIAIS

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LEIRIA

AGRADECIMENTOS

A realização deste trabalho e do percurso acadêmico que a sustenta não teria sido possível sem o apoio e colaboração de várias pessoas, a quem expresso o meu mais profundo agradecimento.

Em primeiro lugar, agradeço ao meu orientador Joel Henriques pela disponibilidade, orientação e incentivo, que foram fundamentais para a concretização deste trabalho.

À Escola das Emoções, deixo um agradecimento às minhas amigas e colegas e um obrigado especial pela oportunidade de acompanhar e avaliar o Projeto *RevolYouth*, permitindo-me unir a investigação académica à prática de terreno.

Aos participantes do *RevolYouth*, jovens e famílias, a minha sincera gratidão pois sem as suas vozes e vivências, este trabalho não teria sido possível.

Aos meus familiares e amigos, agradeço a paciência, o carinho e a motivação que me transmitiram ao longo de todo este percurso.

Por fim, um agradecimento a todos os que, de forma direta ou indireta, contribuíram para este caminho.

RESUMO

O presente trabalho avalia o impacto do Projeto *RevolYouth*, promovido pela Escola das Emoções, direcionado a jovens dos 13 aos 25 anos. O programa surgiu da necessidade de responder a fragilidades, como a falta de autoconfiança, dificuldades de comunicação, desafios emocionais e carência de pertença comunitária.

Estruturado em quatro etapas, o *RevolYouth* combinou momentos de capacitação individual com aplicação prática em contexto real.

A investigação seguiu uma metodologia mista, recorrendo a instrumentos quantitativos internacionalmente validados e a uma análise qualitativa baseada em entrevistas, observações e testemunhos. Participaram 41 jovens diretamente e 34 familiares e técnicos de forma indireta, com o apoio de parceiros institucionais como o Município de Leiria, a EAPN, a *InPulsar* e o Lar de Infância e Juventude Santa Isabel.

Os resultados evidenciaram ganhos significativos nas competências socioemocionais, um aumento do sentimento de pertença e melhorias na autonomia, competência e relações interpessoais.

Em síntese, o *RevolYouth* revelou-se uma intervenção inovadora e eficaz, contribuindo para o fortalecimento pessoal e comunitário, e destacando-se como referência na promoção da educação socioemocional em Portugal.

Palavras chave

[*Educação socioemocional; Liderança juvenil; Desenvolvimento positivo; Avaliação de impacto; Projetos comunitários*]

ABSTRACT

This study evaluates the impact of the *RevolYouth* Project, promoted by the School of Emotions and aimed at young people aged 13 to 25. The program was created to address challenges such as low self-confidence, communication difficulties, emotional struggles, and a lack of community belonging.

Structured in four stages, *RevolYouth* combined individual capacity-building with practical application in real-life contexts.

The research followed a mixed-methods approach, using internationally validated quantitative instruments alongside qualitative analysis based on interviews, observations, and testimonies. A total of 41 young people participated directly, while 34 family members and professionals were involved indirectly, supported by institutional partners such as Leiria Municipality, EAPN, *InPulsar*, and the Santa Isabel Children and Youth Home.

The results highlighted significant improvements in socioemotional skills, an increase in the sense of belonging, and progress in autonomy, competence, and interpersonal relationships.

In conclusion, *RevolYouth* proved to be an innovative and effective intervention, contributing to both personal and community empowerment, and standing out as a reference in the promotion of socioemotional education in Portugal.

Keywords

Socioemotional education; Youth leadership; Positive development; Impact assessment; Community projects

Índice Geral - Projeto

Agradecimentos	ii
Resumo.....	iii
Abstract.....	iv
Índice de Tabelas	viii
Abreviaturas.....	ix
Introdução	1
1. Enquadramento teórico.....	4
1.1. Desafios e Oportunidades para os Jovens Portugueses	4
1.1.1 Resiliência como Fator de Proteção Psicossocial	6
1.2. Educação Emocional e Competências Socioemocionais	10
1.2.1 Teoria da Autodeterminação (TAD)	11
1.2.2 Desenvolvimento do Bem-Estar Psicológico Juvenil	14
1.3. Juventude e Liderança Emocional	16
1.3.1 Sentimento de Comunidade e Pertença	16
1.3.2 Projetos Comunitários e Cidadania Ativa.....	18
2. O Projeto <i>RevolYouth</i>	21
2.1. Fundamentação do projeto	21
2.1.1. Caracterização sucinta do projeto RevolYouth	22
2.1.2. Benefícios do programa.....	23
2.2. Estrutura e metodologia	24
2.2.1. Etapas do Projeto.....	24
2.2.2. Metodologia de Aprendizagem	25
2.2.3. Conclusão do Planeamento	26
2.3. Metodologia de Avaliação	26
2.3.1. Avaliação Inicial.....	27
2.3.2. Instrumentos de Avaliação.....	31

2.3.3. Procedimentos de Análise	31
2.3.4. Considerações Finais sobre a Avaliação	32
3. Metodologia	34
3.1 Introdução	34
3.2 Tipo de Estudo	34
3.3 Participantes	34
3.4 Estratégias de Análise.....	35
3.5 Considerações Éticas	35
3.6 Conclusão.....	35
4. Apresentação e discussão de resultados	36
4.1 Introdução	36
4.2 Caracterização da Amostra	36
4.3 Avaliação Final.....	37
4.3.1 Resultados Quantitativos.....	38
4.3.2 Resultados Qualitativos	40
4.3.3 Síntese dos resultados	41
4.4 Projetos Comunitários Desenvolvidos.....	42
4.5 Conclusão.....	43
5. Conclusões	44
Bibliografia	46
Anexos.....	50
Anexo 1 - Entrevista semi-estruturada inicial Guião <i>RevolYouth</i>.....	51
Anexo 2 - Projetos Comunitários Desenvolvidos pelos jovens no âmbito do <i>RevolYouth</i>	53

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 - Impacto da satisfação e frustração das necessidades psicológicas básicas... **8**

Tabela 2 - Fases do Projeto *RevolYouth***11**

ABREVIATURAS

BPNS - Escala das Necessidades Psicológicas Básicas

EAPN - Rede Europeia Anti-Pobreza

HBSC - *Health Behaviour in School-aged Children*

NEE - Necessidades Educativas Especiais

OCDE - Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico

OPAS - Organização Pan-Americana da Saúde

SCI-2 - Índice de Sentimento de Comunidade

SEL - Social and Emotional Learning

SILNE-R - Sistema de Investigação Europeu sobre o controlo de tabaco para a juventude

SSES - *Study on Social and Emotional Skills*

TAD - Teoria da Autodeterminação

INTRODUÇÃO

A sociedade contemporânea caracteriza-se por uma rápida transformação social, cultural e tecnológica, que impacta de forma direta a vida dos jovens. Em Portugal, este grupo etário enfrenta desafios complexos, como a instabilidade no mercado de trabalho, o aumento da ansiedade e do *stress*, a influência das redes sociais e a necessidade de adaptação a contextos sociais cada vez mais diversificados (Fundação Francisco Manuel dos Santos, 2021; Gaspar et al., 2022). Estas mudanças exigem uma atenção crescente por parte das instituições educativas e sociais, de modo a preparar os jovens não apenas para os desafios académicos e profissionais, mas também para o desenvolvimento de competências emocionais e relacionais que lhes permitam viver de forma equilibrada e integrada.

Neste contexto, a educação emocional surge como uma dimensão central do desenvolvimento humano. As competências socioemocionais, como a empatia, o autocontrolo, a resiliência ou a comunicação assertiva, são cada vez mais reconhecidas como determinantes do bem-estar individual e coletivo, com impacto direto na capacidade de liderança, na participação cívica e no sucesso profissional (OCDE, 2020). No entanto, apesar deste reconhecimento, em Portugal ainda existem lacunas significativas na implementação de programas estruturados que promovam o desenvolvimento socioemocional dos jovens, sobretudo em contextos comunitários e associativos.

A Escola das Emoções, organização sem fins lucrativos sediada em Leiria, tem procurado responder a esta necessidade, através de iniciativas que privilegiam a promoção da inteligência emocional em diferentes públicos. Entre estas iniciativas, destaca-se o Projeto *RevolYouth*, concebido para capacitar jovens dos 13 aos 25 anos com ferramentas de liderança emocional, potenciando o desenvolvimento pessoal e a transformação social. O *RevolYouth* combina metodologias participativas, momentos de formação intensiva, mentoria personalizada e a implementação de projetos comunitários, procurando assim articular o crescimento individual dos participantes com o fortalecimento das suas comunidades.

O presente trabalho insere-se no âmbito do Mestrado em Direção de Organizações de Intervenção Social e tem como objetivo avaliar o impacto do Projeto *RevolYouth* no desenvolvimento de competências de liderança emocional dos jovens participantes. Para tal, foi delineada uma estratégia metodológica que integra instrumentos validados

internacionalmente, como o *Study on Social and Emotional Skills* (SSES), o *Índice de Sentimento de Comunidade* (SCI-2) e a *Escala das Necessidades Psicológicas Básicas* (BPNS). A investigação combina métodos qualitativos e quantitativos, nomeadamente entrevistas, questionários e observação participante, de forma a obter uma análise abrangente e rigorosa.

Deste modo, este trabalho procura responder às seguintes questões: Em que medida o *RevolYouth* contribuiu para o desenvolvimento de competências emocionais e sociais nos jovens?; Que transformações ocorreram na vida pessoal e profissional dos jovens?; Que impacto foi percebido na comunidade em termos de coesão e participação?

Para alcançar este propósito, foram definidos os seguintes objetivos específicos:

1. Compreender os principais desafios e oportunidades que os jovens portugueses enfrentam na atualidade, com especial enfoque na sua saúde mental, participação social e desenvolvimento emocional.
2. Analisar os fundamentos teóricos e práticos da educação emocional e da liderança juvenil.
3. Caracterizar o Projeto *RevolYouth*, identificando as suas fases, metodologias e estratégias de intervenção.
4. Avaliar o impacto do projeto nos participantes, em termos de competências pessoais, interpessoais e comunitárias.
5. Refletir sobre as implicações do programa para a intervenção social e para o desenvolvimento de políticas públicas orientadas à juventude.

Com esta investigação pretende-se não apenas avaliar a eficácia do *RevolYouth*, mas também contribuir para o debate académico e profissional sobre a relevância da educação emocional e da liderança juvenil no contexto português, oferecendo ideias à expansão de iniciativas semelhantes.

A estrutura do projeto organiza-se em cinco capítulos principais. No Capítulo 1, apresenta-se o enquadramento teórico onde se exploram os conceitos centrais que fundamentam o estudo: as oportunidades para os jovens portugueses, a importância da educação emocional e das competências socioemocionais, bem como a relação entre juventude e liderança

emocional. O Capítulo 2 apresenta o Projeto *RevolYouth*, a sua fundamentação, caracterização e benefícios. São ainda descritas a estrutura e metodologia de intervenção, as diferentes etapas do programa e a metodologia de aprendizagem adotada. O capítulo inclui também a metodologia de avaliação, abordando a avaliação inicial, os instrumentos utilizados, os procedimentos de análise e as considerações finais sobre o processo avaliativo. O Capítulo 3 expõe-se a metodologia do estudo, clarificando o tipo de investigação conduzida, a caracterização dos participantes, as estratégias de análise, as considerações éticas e uma conclusão relativa às opções metodológicas seguidas. O Capítulo 4 dedicado à apresentação e discussão de resultados, engloba a caracterização da amostra, a avaliação final com resultados quantitativos e qualitativos, a síntese dos principais resultados e a descrição dos projetos comunitários desenvolvidos pelos participantes. O Capítulo 5 reúne as conclusões, apresentando as principais implicações do estudo, o contributo do projeto para a área da educação socioemocional e as perspetivas para investigações e práticas futuras.

Por fim, termina com a bibliografia utilizada e os anexos, onde se encontram informações complementares, incluindo a descrição detalhada dos projetos comunitários realizados no âmbito do *RevolYouth*.

1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

1.1. DESAFIOS E OPORTUNIDADES PARA OS JOVENS PORTUGUESES

Os jovens em Portugal vivem hoje num contexto marcado por vários desafios e oportunidades que moldam as suas vidas e perspetivas. Neste contexto, é fundamental perceber as dimensões que influenciam o bem-estar, os comportamentos e a saúde mental dos jovens.

A população jovem em Portugal está em declínio, uma consequência da baixa taxa de natalidade e da emigração. No que diz respeito à educação, o relatório da Fundação Francisco Manuel dos Santos (2021) destaca que há um aumento no nível educacional, com mais jovens a completar o ensino secundário e a ingressar no ensino superior. No entanto, persistem desafios como o abandono escolar precoce e preocupações com a adequação das competências adquiridas às exigências do mercado de trabalho.

Os jovens enfrentam dificuldades significativas no mercado de trabalho, com altas taxas de desemprego juvenil e uma prevalência de empregos precários (Oliveira, Lacerda, Santos e Freixa, 2017; Guerreiro e Abrantes, 2004 *as cited in* Fundação Francisco Manuel dos Santos, 2021). A transição da educação para o trabalho é frequentemente difícil, agravada por um desajuste entre as qualificações adquiridas e as necessidades do mercado. A insegurança laboral afeta a estabilidade financeira e o bem-estar emocional dos jovens.

Os hábitos de consumo e lazer dos jovens são fortemente influenciados pela tecnologia. A maioria utiliza *smartphones* e acede à internet diariamente, com as redes sociais a desempenhar um papel central na comunicação e no entretenimento. No entanto, também trazem desafios como a exposição à desinformação e ao *cyberbullying* (Fundação Francisco Manuel dos Santos, 2021).

A saúde mental dos adolescentes é uma área de preocupação cada vez mais crescente. Segundo o Estudo SILNE-R de Maria Eduarda do Nascimento Santos, fatores individuais como a idade, género e etnia influenciam significativamente a saúde mental, com as raparigas a relatar níveis mais altos de depressão e ansiedade. Os ambientes familiares e escolares também assumem um papel determinante: relações familiares saudáveis e um ambiente escolar positivo estão associados à promoção da saúde mental, enquanto experiências de *bullying* na escola aumentam os riscos de *stress* e depressão.

Durante a pandemia da COVID-19, o estudo da *Health Behaviour in School-aged Children study* (HBSC) revelou um aumento nos níveis de *stress* e ansiedade entre os adolescentes, além do sentimento de solidão devido ao distanciamento social e ao isolamento físico. Verificou-se uma redução na prática de atividades físicas e mudanças nos padrões alimentares e de sono, com alguns jovens a adotar hábitos menos saudáveis (HBSC, 2020). O relatório de Marta Silva et al. (2021), da Fundação *Calouste Gulbenkian*, sobre a participação política dos jovens portugueses destaca que, apesar das dificuldades, muitos jovens estão dispostos a envolver-se politicamente. A participação eleitoral e a afiliação a partidos políticos são formas tradicionais de envolvimento, mas muitos jovens também participam através de protestos, movimentos sociais e ativismo digital. Apesar da desconfiança nas instituições políticas e da insuficiência de educação cívica constituírem barreiras relevantes, a participação política dos jovens é sobretudo movida por um forte sentido de justiça e igualdade.

Os estudos analisados sublinham a necessidade de políticas públicas e intervenções específicas para apoiar os jovens portugueses em diversas áreas, tais como:

- Suporte à Saúde Mental: Implementação de programas de apoio psicológico e emocional nas escolas e comunidades para ajudar os jovens a lidar com *stress* e ansiedade.
- Promoção da Atividade Física e Hábitos Saudáveis: Incentivar práticas de atividade física e hábitos alimentares saudáveis, especialmente em contextos de restrições sanitárias.
- Redução das Desigualdades Educacionais: Garantir que todos os alunos tenham acesso igualitário aos recursos tecnológicos e ao apoio educacional necessário.
- Promoção da Participação Política: Reforçar a educação cívica nas escolas e reconhecer formas informais de participação política.

Em suma, compreender e abordar as questões que afetam os jovens é importante para promover o seu bem-estar e o seu desenvolvimento. Isso requer políticas e intervenções que levem em consideração as diversas dimensões dos jovens e que procurem criar oportunidades e ambientes favoráveis para que estes alcancem o seu pleno potencial e consigam contribuir positivamente para a sociedade.

1.1.1 RESILIÊNCIA COMO FATOR DE PROTEÇÃO PSICOSSOCIAL

1.1.1.1 A Natureza da Vulnerabilidade Psicossocial Juvenil

Falar de vulnerabilidade psicossocial é reconhecer que muitos jovens vivem expostos a condições que podem fragilizar a sua saúde mental e o seu desenvolvimento. Esta vulnerabilidade não é um estado fixo ou uma “etiqueta”, mas um processo dinâmico que resulta da interação entre características individuais e contextos adversos. Compreender esta dinâmica é fundamental para identificar precocemente riscos e desenhar intervenções eficazes.

A vulnerabilidade psicossocial juvenil define-se como a exposição a um conjunto de fatores que aumentam o risco para o desenvolvimento de problemas de saúde mental e de desajustes comportamentais.

A investigação identifica diferentes fatores de risco (OPAS, 2025):

- Económicos: baixa renda familiar, insegurança alimentar e desemprego parental, que cria um ambiente de instabilidade e *stress* contínuo.
- Familiares: dinâmicas disfuncionais como conflitos familiares persistentes, situações de negligência (física ou emocional) e experiências de abuso.
- Sociais: exclusão social, discriminação (racial, de género, ou outra) e exposição à violência comunitária, que diminui o sentimento de pertença e segurança.
- Educativos: acesso limitado a uma educação de qualidade e abandono escolar, fatores que limitam as oportunidades de desenvolvimento pessoal e profissional.
- Culturais: barreiras culturais, falta de representação em modelos positivos e dificuldade na construção de uma identidade cultural sólida.

Um jovem que cresce numa família com baixos rendimentos, por exemplo, pode frequentar uma escola com poucos recursos e viver num bairro com problemas de exclusão. O resultado é um efeito acumulativo de riscos que aumenta a probabilidade de desenvolver questões de risco ao nível emocional ou comportamental.

1.1.1.2 O Impacto da Vulnerabilidade na Saúde Mental Juvenil

Para além de identificar os fatores de risco, é importante compreender consequências diretas destes no bem-estar emocional, comportamental e social dos jovens. Segundo a Organização

Pan-Americana da Saúde (2025), a exposição prolongada a contextos de adversidade manifesta-se através de múltiplos desafios que comprometem o desenvolvimento saudável, justificando a urgência de intervenções direcionadas.

Impactos na Esfera Emocional:

Viver em ambientes adversos está diretamente associado a um desequilíbrio emocional significativo. As principais consequências incluem:

- Aumento de sintomas de depressão, caracterizados por tristeza constante, perda de interesse e baixa energia.
- Desenvolvimento de ansiedade, manifestados por preocupação excessiva, inquietação e sintomas físicos.
- Maior prevalência de *stress* pós-traumático, especialmente em jovens expostos a violência ou abuso.

Manifestações Comportamentais:

Como potenciais estratégias de *coping* (métodos ou técnicas que uma pessoa utiliza para lidar com situações de *stress* ou dificuldades, de forma a ajudar a gerir emoções e problemas de forma adaptativa) desadaptativas ou como resposta à falta de supervisão e oportunidades, surgem frequentemente comportamentos de risco:

- Uso e abuso de substâncias (álcool, tabaco, drogas ilícitas) como forma de escape emocional.
- Envolvimento em atividades delinquentes, que podem refletir a procura por identidade, pertença ou recursos.

Implicações no Desenvolvimento Social:

O impacto da vulnerabilidade estende-se ao desenvolvimento das competências sociais e à integração na comunidade:

- Tendência para o isolamento social, resultante da desconfiança, do estigma ou da falta de competências relacionais.

- Dificuldades de relacionamento interpessoal, tanto com pares como com figuras de autoridade.
- Aumento das taxas de abandono escolar, que limita as perspectivas futuras e reforça o ciclo de exclusão.

Esta ligação é sustentada pelo estudo de Magalhães (2021), que comprova esta análise ao demonstrar uma relação direta entre as experiências de vulnerabilidade social e o desenvolvimento de problemas de saúde mental em crianças e jovens. Embora este cenário mostre uma trajetória de risco clara, a investigação indica que não é um desfecho inevitável.

1.1.1.3 Resiliência como Mecanismo de Proteção

A resiliência surge como o principal mecanismo para diminuir os efeitos negativos da vulnerabilidade psicossocial. A resiliência não é uma característica inata ou fixa, mas sim um processo dinâmico que pode ser desenvolvido e fortalecido através da interação entre o indivíduo e o seu ambiente. A sua promoção constitui, por isso, uma estratégia central na intervenção com jovens.

A resiliência é definida como a capacidade de indivíduos ou grupos de se adaptarem positivamente face a adversidades significativas. Este processo é influenciado por um conjunto de fatores protetores, que podem ser organizados em duas dimensões principais (OPAS, 2025):

Fatores Individuais:

Internamente, a resiliência é sustentada pelas seguintes competências psicológicas:

- Autoestima: forte sentimento de valor próprio e de competência pessoal que se torna um escudo contra as críticas e o fracasso, promovendo a persistência.
- Competências sociais: capacidade de comunicar eficazmente, de construir relações positivas e de resolver conflitos de forma construtiva.
- Inteligência emocional: habilidade para reconhecer, compreender e gerir as próprias emoções e as dos outros, o que permite uma regulação mais eficaz do *stress* e da frustração.

Fatores Contextuais:

Externamente, o ambiente do jovem pode fornecer recursos cruciais, nomeadamente:

- Rede de apoio: presença de relações seguras e de suporte com familiares, amigos, mentores ou outros profissionais é um dos indicadores mais fortes da resiliência.
- Recursos comunitários: acesso a serviços de qualidade nas áreas da saúde, educação, cultura e lazer proporciona oportunidades de desenvolvimento e um sentimento de pertença e segurança.

Em conjunto, estes fatores atuam como mecanismos de proteção, ajudando a promover o desenvolvimento saudável apesar da exposição à adversidade.

1.1.1.4 Estratégias de Intervenção para a Promoção da Resiliência

Compreender os fatores de risco e de proteção ajuda na implementação de estratégias e programas eficazes que visam fortalecer a resiliência dos jovens em situação de vulnerabilidade, capacitando-os para superar os desafios e construir um futuro positivo.

As seguintes abordagens demonstram eficácia na promoção da resiliência juvenil:

1. Programas de intervenção psicossocial: estas iniciativas estruturadas visam desenvolver competências de enfrentamento e promover a saúde mental em grupo. Programas que promovam a resiliência através do desenvolvimento de competências socioemocionais, que servem como recurso essencial para lidar com as dificuldades de relacionamento interpessoal e o isolamento.
2. Apoio psicológico individual e em grupo: as sessões terapêuticas oferecem um espaço seguro para os jovens processarem experiências traumáticas. Este apoio é fundamental para o desenvolvimento de estratégias de *coping* adaptativas, abordando diretamente os impactos a nível emocional como ansiedade e *stress* pós-traumático.
3. Mentoria e programas de tutoria: a criação de relações de apoio com adultos significativos, como mentores ou tutores, oferece orientação, suporte emocional e um modelo positivo. Este mecanismo é eficaz por construir o “capital social” do jovem e por fornecer um apego seguro alternativo, que é fundamental para o desenvolvimento da autoestima e da regulação emocional.

4. Programas socioeducativos e culturais: atividades que promovem a inclusão social, ajudando os jovens a sentir-se parte de uma comunidade. Através da expressão artística, do desporto ou de iniciativas culturais, os participantes têm oportunidade de desenvolver talentos e afirmar a sua identidade. Este tipo de experiências contribui não só para reforçar o sentimento de pertença, mas também para aumentar a autoconfiança. Na prática, funcionam como um escudo protetor contra a exclusão social e contra a sensação de invisibilidade, mencionados como fatores de risco.
5. Promoção da saúde mental: esta é uma abordagem mais ampla que, conforme recomendado pela Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), foca-se em fortalecer os fatores de proteção a nível comunitário. O objetivo é melhorar as alternativas aos comportamentos de risco e criar ambientes que promovam o bem-estar de todos os jovens.

Aplicar estas estratégias de forma informada e combinada, constitui o caminho para uma intervenção eficaz e transformadora.

1.1.1.5 Conclusão

Com esta análise conseguimos perceber a relação entre a vulnerabilidade psicossocial e a resiliência na saúde mental juvenil. Demonstrou-se que, enquanto a exposição a fatores de risco económicos, familiares, sociais, educativos e culturais aumenta a probabilidade de resultados negativos, a presença de fatores de proteção individuais pode amenizar esse impacto, promovendo, assim, uma adaptação positiva face à adversidade. A vulnerabilidade e a resiliência não são, portanto, destinos fixos, mas sim processos dinâmicos e suscetíveis de intervenção.

Para os profissionais que trabalham com esta população, é imprescindível adotar abordagens integradas e multifacetadas. Uma intervenção eficaz não se pode limitar a identificar e reduzir riscos. Deve, sobretudo, focar-se em promover ativamente os fatores de proteção, capacitando os jovens com as competências e os recursos necessários para construir uma trajetória de vida saudável e realizada

1.2. EDUCAÇÃO EMOCIONAL E COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS

Para além dos desafios estruturais já identificados, é importante salientar que a dimensão emocional do desenvolvimento juvenil é cada vez mais reconhecida como central. A educação emocional refere-se ao processo de aprendizagem e desenvolvimento das

capacidades que permitem ao indivíduo reconhecer, compreender e gerir as suas próprias emoções, bem como interpretar e responder de forma adequada às emoções dos outros (Bisquerra, 2000).

Segundo Goleman (1995), a inteligência emocional é determinante para o sucesso individual e coletivo, influenciando tanto o desempenho académico e profissional como a qualidade das relações interpessoais. A OCDE (2020) reforça esta visão ao identificar competências como empatia, autocontrolo, cooperação e resiliência como elementos essenciais para o bem-estar e a integração social dos jovens.

Estas competências encontram-se também sustentadas na Teoria da Autodeterminação (TAD) (Deci & Ryan, 2000), que defende que o bem-estar humano depende da satisfação de três necessidades psicológicas básicas: autonomia (sentir-se livre para tomar decisões), competência (sentir-se eficaz nas tarefas que realiza) e relacionamento (sentir-se conectado e apoiado pelos outros). Programas que promovem a educação emocional promovem precisamente estas dimensões, favorecendo a motivação intrínseca e a resiliência dos jovens face às adversidades.

1.2.1 TEORIA DA AUTODETERMINAÇÃO (TAD)

A par da inteligência emocional e das competências socioemocionais (Goleman, 1995; OCDE, 2020), o bem-estar psicológico e o desenvolvimento positivo da juventude encontram um forte fundamento na Teoria da Autodeterminação, proposta por Deci e Ryan (2000).

A Teoria da Autodeterminação, posiciona-se como um modelo de referência no estudo da motivação humana. O seu princípio central defende que os indivíduos têm uma predisposição inata para o crescimento pessoal, a aprendizagem e a realização, sendo este potencial intrínseco influenciado pelo contexto social e cultural em que se inserem. A TAD oferece, assim, um modelo explicativo robusto para compreender a interação dinâmica entre as aspirações individuais e as condições ambientais que as apoiam ou dificultam.

1.2.1 Os Pilares Fundamentais da Teoria da Autodeterminação

Compreender as três necessidades psicológicas universais é fundamental para a aplicar a Teoria da Autodeterminação. Estas necessidades não são vistas como desejos adquiridos, mas sim como requisitos essenciais e inatos para o bem-estar psicológico, o desenvolvimento saudável e a génese da motivação intrínseca. A satisfação destas necessidades é, portanto, o

principal mecanismo mediador através do qual os ambientes sociais estimulam o crescimento individual.

As três necessidades psicológicas fundamentais são:

- Autonomia: é a sensação de que temos liberdade para fazer escolhas e tomar decisões de acordo com aquilo que pensamos e valorizamos. Esta necessidade reflete o desejo de sentir que somos donos da nossa própria vida, em vez de sermos controlados por forças externas. A satisfação da autonomia é crucial para o desenvolvimento de um sentido de identidade e para a regulação do comportamento.
- Competência: é convicção de ser eficaz nas suas interações com o ambiente, envolvendo um sentimento de mestria e de capacidade para superar os desafios. Corresponde à necessidade de se sentir capaz e eficiente nas interações com o ambiente. Quando satisfeita, alimenta a confiança, a persistência perante dificuldades e o interesse em procurar novos desafios.
- Relacionamento: é a necessidade de formar e manter laços interpessoais significativos e seguros, baseados no cuidado mútuo, confiança e um sentimento de pertença. Refere-se ao desejo universal de sentir uma conexão genuína com os outros e de pertencer a uma comunidade. A satisfação desta necessidade proporciona segurança emocional e um sentido de valor partilhado.

O impacto da satisfação ou frustração destas necessidades no comportamento humano é profundo, conforme sintetizado na tabela abaixo:

Cenário de Satisfação	Cenário de Frustração
A pessoa sente-se motivada de forma natural, interessada e envolvida nas atividades pelo prazer e significado que elas trazem, sem depender de recompensas externas.	Conduz a um estado de desregulação motivacional, manifestado através de apatia, mal-estar psicológico e défices no funcionamento social (Ryan & Deci, 2017).

Tabela 1 - Impacto da satisfação e frustração das necessidades psicológicas básicas

Com estes pilares teóricos abordados, torna-se possível examinar como a sua aplicação em contextos sociais, desde a sala de aula ao local de trabalho, serve como um teste decisivo para a validade e o poder transformador da teoria.

1.2.2 Implicações Práticas e Validação em Contexto

O contexto social atua como um estímulo ou inibidor do desenvolvimento humano, e a TAD fornece uma forma clara para identificar quais as condições ambientais que promovem um funcionamento ótimo.

Conforme demonstrado por Silva (2010), ambientes (sejam eles educativos, profissionais ou comunitários) que apoiam ativamente as três necessidades fundamentais geram benefícios concretos e possíveis de serem observados. Ao valorizar a autonomia, incentivar a competência e fortalecer as relações interpessoais, estes contextos promovem não apenas o desempenho em tarefas específicas, mas também o reforço do desenvolvimento pessoal e a construção de uma identidade sólida e coerente.

O programa *RevolYouth* constitui um exemplo da aplicação bem-sucedida dos princípios da TAD. A estrutura da sua intervenção foi desenhada para criar condições que satisfaçam diretamente as três necessidades psicológicas essenciais dos jovens participantes:

- A promoção da exploração pessoal corresponde diretamente à necessidade de autonomia, ao permitir que os jovens ajam de acordo com os seus valores e escolhas.
- O reforço de competências visa satisfazer a necessidade de competência, fomentando um sentimento de eficácia e domínio perante os desafios.
- A construção de redes de apoio foca-se na satisfação da necessidade de relacionamento, criando um ambiente de pertença, confiança e integração.

Ao criar as condições para que os jovens se sintam autónomos, capazes e integrados, o projeto gera um leque de resultados positivos e interligados: aumento da motivação, reforço da autoestima, desenvolvimento do sentido de pertença, capacitação para o exercício de uma liderança emocional consciente e incentivo a uma participação ativa na comunidade.

A Teoria da Autodeterminação oferece, desta forma, uma profundidade e relevância notável. O seu poder explicativo está na identificação de três necessidades psicológicas universais (autonomia, competência e relacionamento) como pilares para o bem-estar e a motivação. O papel do ambiente social revela-se determinante, pois pode favorecer ou comprometer estas necessidades, condicionando diretamente o desenvolvimento dos jovens. A TAD, portanto,

não se limita apenas a uma descrição teórica, oferece um enquadramento sólido e empiricamente validado, capaz de orientar a construção de intervenções eficazes em diferentes contextos, incluindo o educativo, comunitário e social.

1.2.2 DESENVOLVIMENTO DO BEM-ESTAR PSICOLÓGICO JUVENIL

O bem-estar psicológico juvenil assume-se como uma prioridade central para as políticas de educação e saúde pública. A sua relevância resulta do impacto determinante que exerce sobre a trajetória académica, as relações sociais e a transição para a vida adulta. A urgência desta temática é comprovada por dados da Organização Mundial da Saúde (WHO, 2021), que indicam que as perturbações de saúde mental representam as principais causas de incapacidade na população jovem. Neste sentido, a promoção do bem-estar juvenil envolve uma abordagem multifacetada, que inclui a prevenção e a identificação precoce de problemas, bem como a capacitação dos contextos educativos, familiares e comunitários para favorecer o desenvolvimento saudável.

1.2.2.1 A Abordagem Intersectorial: O Papel das Políticas Integradas

A promoção do bem-estar juvenil é uma responsabilidade coletiva, que supera a esfera individual e exige uma abordagem política. Esta perspetiva defende que a criação de condições favoráveis ao desenvolvimento saudável depende da articulação de múltiplos setores.

As recomendações de organizações internacionais reforçam esta visão e fornecem um enquadramento claro para a ação política:

- Organismos Globais (UNICEF, 2020): necessidade de articular políticas educativas com estratégias de saúde pública e de proteção social. É importante considerar os determinantes socioeconómicos, ambientais e digitais que moldam o bem-estar dos jovens, apelando a uma resposta transversal que inclua o combate ao estigma e o apoio às famílias e comunidades.
- Contexto Europeu (Comissão Europeia, 2022): a orientação da Comissão Europeia apoia a pertinência de uma abordagem intersectorial, defendendo a articulação entre educação, serviços comunitários e, principalmente, a participação dos jovens nos processos de decisão. Esta visão reforça o princípio de que o bem-estar resulta de condições estruturais, enquanto promove a agência dos jovens.

Assim sendo, é possível perceber a importância da transição de um paradigma focado exclusivamente no indivíduo para um que reconhece a necessidade de criar ecossistemas de apoio, envolvendo famílias, comunidades e serviços públicos. A existência destas políticas integradas cria o contexto necessário para a implementação de intervenções diretas no contexto educativo, nomeadamente a promoção de competências socioemocionais.

1.2.2.2. O Contexto Educacional: Promoção de Competências Socioemocionais

Liderada por organizações como a UNESCO e a OCDE, a integração das competências socioemocionais no currículo e na prática educativa constitui um pilar fundamental da estratégia de promoção do bem-estar dos jovens. Esta abordagem foca-se na capacitação destes com ferramentas internas para gerir emoções, estabelecer relações e tomar decisões responsáveis.

As competências socioemocionais são promovidas através de abordagens pedagógicas designadas por *Social and Emotional Learning* (SEL), que visam o desenvolvimento intencional e sistemático destas aptidões no contexto escolar. Entre as competências específicas encontram-se a autorregulação, a empatia, a cooperação e a responsabilidade. O desenvolvimento destas competências demonstra uma associação direta com resultados positivos, nomeadamente o ajustamento psicológico, o fortalecimento da resiliência e a melhoria do sucesso académico.

As abordagens SEL contribuem de forma significativa para a criação de ambientes escolares mais inclusivos e seguros, satisfazendo a necessidade psicológica fundamental de relacionamento e, assim, promovendo o bem-estar geral da comunidade educativa.

1.2.2.3 Síntese

Em suma, a promoção do bem-estar psicológico juvenil exige uma abordagem abrangente a vários níveis, que articule políticas públicas, práticas pedagógicas e fundamentos teóricos. Podemos assim propor um modelo conceptual dinâmico, assente em dois pilares:

- Estrutural: implementação de políticas abrangentes e intersectoriais que criem os ecossistemas de apoio necessários (sociais, económicos, educacionais), incluindo o acesso a apoios especializados.
- Prático: intervenções focadas, como a promoção de competências socioemocionais no contexto escolar, podem ser implementadas de forma eficaz e sustentável.

1.3. JUVENTUDE E LIDERANÇA EMOCIONAL

No contexto português, os desafios já referidos tornam evidente a importância de uma liderança jovem que seja não apenas técnica, mas também emocionalmente competente. O conceito de liderança emocional (Goleman, Boyatzis & McKee, 2013) assenta na capacidade de integrar as emoções na gestão de grupos e comunidades, promovendo empatia, cooperação e coesão social.

Ao contrário de modelos tradicionais centrados na autoridade, a liderança emocional valoriza a escuta ativa, a motivação partilhada e a criação de ambientes positivos, onde todos se sintam incluídos e valorizados. Programas como o *RevolYouth* partem precisamente desta premissa: capacitar os jovens para que sejam líderes conscientes, capazes de gerir as suas emoções, comunicar de forma assertiva e influenciar positivamente o seu meio envolvente.

Assim, ao articular os desafios estruturais vividos pelos jovens portugueses com a importância da educação emocional e da liderança, compreende-se a pertinência e atualidade de projetos que promovam estas dimensões, constituindo não apenas respostas a necessidades imediatas, mas também investimentos estratégicos no futuro das comunidades.

1.3.1 SENTIMENTO DE COMUNIDADE E PERTENÇA

A definição, proposta por Cunha, Ornelas, & Moniz (2018), enquadra o sentimento de pertença como a perceção subjetiva de um indivíduo de que faz parte de um grupo ou comunidade, no qual é simultaneamente aceite e valorizado pelos seus pares. Esta perceção inclui um sentido de influência mútua e de corresponsabilidade nas dinâmicas coletivas, significando que o jovem não se vê apenas como um recetor passivo, mas como um agente ativo na vida do seu grupo, desenvolvendo assim os princípios para se tornar um agente cívico e pessoal. Este sentimento está intrinsecamente ligado à criação de laços de confiança, segurança e apoio mútuo, que funcionam como um fator protetor essencial, apaziguando os riscos associados à exclusão social e à vulnerabilidade psicológica.

1.3.1.1 A Pertença como Determinante do Desenvolvimento Juvenil

A importância do sentimento de pertença é estabelecida pela ligação de perspetivas de múltiplas organizações globais. Embora cada entidade analise o fenómeno sob a sua visão específica (saúde, educação ou cidadania), todas concluem que este é um determinante central para o bem-estar juvenil. A seguir, detalham-se estas diferentes dimensões:

Perspetiva da Saúde Mental e Bem-Estar Psicológico

A Organização Mundial da Saúde (WHO, 2021) posiciona a integração comunitária e a participação social como "determinantes críticos da saúde mental juvenil". Segundo esta perspetiva, a existência de laços comunitários sólidos funciona como uma "barreira protetora" fundamental contra o desenvolvimento de problemáticas como o isolamento, a solidão e a depressão. Seguindo a mesma linha de pensamento, os relatórios da UNICEF (2020) estabelecem uma correlação direta entre a pertença a grupos sociais seguros e inclusivos e o aumento dos índices de satisfação com a vida e de resiliência.

Perspetiva Educacional e das Competências Socioemocionais

A UNESCO (2021) enquadra a pertença como um "elemento-chave da educação para a cidadania global", defendendo que jovens integrados numa comunidade coesa estão mais predispostos a contribuir para a resolução coletiva de problemas. É neste ambiente de coesão e segurança que o sentimento de pertença se traduz nos resultados concretos sublinhados pela OCDE (2021): o incentivo ao envolvimento cívico, o aumento da motivação académica e, essencialmente, o desenvolvimento de competências de cooperação, fundamentais para o sucesso pessoal e profissional.

Perspetiva Política e de Participação Cívica

A dimensão política da pertença é salientada pelo Conselho da Europa (2017), que recomenda a implementação de políticas que promovam "ambientes participativos". O objetivo é garantir que os jovens possam exercer influência real, sentindo-se reconhecidos e desenvolvendo competências democráticas. Esta perspetiva articula-se diretamente com as anteriores, demonstrando que as "competências de cooperação" (OCDE) e as "competências democráticas" (Conselho da Europa) são duas facetas do mesmo princípio fundamental: o desenvolvimento da agência juvenil através da participação ativa, condição essencial para a inclusão e a consolidação de comunidades justas.

Logo, o sentimento de comunidade e pertença assume um papel essencial no desenvolvimento dos jovens.

A adoção desta abordagem integrada gera um duplo benefício, por um lado, promove o bem-estar individual dos jovens, dotando-os de recursos psicológicos e sociais para um

desenvolvimento saudável. Por outro, reforça a coesão social e a sustentabilidade das comunidades, ao formar cidadãos mais empenhados, participativos e resilientes.

1.3.1.2 Conclusão

Em suma, a análise demonstra que o sentimento de comunidade e pertença não é um aspeto secundário na vida dos jovens. Pelo contrário, emerge como uma condição estruturante, um pilar sobre o qual se consolida não só o desenvolvimento juvenil saudável, mas também a construção de sociedades mais coesas, democráticas e resilientes. A sua promoção deve, por isso, constituir uma prioridade central para políticos, educadores e para a sociedade civil no seu todo.

1.3.2 PROJETOS COMUNITÁRIOS E CIDADANIA ATIVA

A promoção da cidadania ativa entre os jovens tem vindo a assumir uma crescente relevância nas agendas políticas internacionais e europeias, sendo amplamente reconhecida como um pilar fundamental para a democracia. Os projetos comunitários funcionam como um instrumento central para o desenvolvimento e o exercício desta cidadania.

1.3.2.1. O Enquadramento Conceptual da Cidadania Ativa

A formulação de políticas públicas e intervenções eficazes junto da população jovem exige uma definição clara e abrangente do conceito de "cidadania ativa". Esta explicação do conceito permite não só orientar a ação, mas também avaliar o seu impacto de forma rigorosa. De acordo com a União Europeia (2022), a cidadania ativa supera a ideia tradicional do mero exercício de direitos e deveres, implica o envolvimento direto dos cidadãos nos processos de decisão e na implementação de ações que visam o bem-estar comunitário, reforçando o sentido de pertença e a corresponsabilidade social.

Nesta linha de pensamento, a cidadania ativa deixa de ser apenas um conceito abstrato e passa a ser vista como um requisito básico para sociedades democráticas e coesas. Ser um cidadão ativo é envolver-se, tomar parte nas decisões, dar opinião e trabalhar em conjunto para resolver problemas comuns. É esta participação que fortalece o tecido social e dá solidez às comunidades.

1.3.2.2 Projetos Comunitários como Instrumento de Ação Cívica

Os projetos comunitários assumem, hoje, um papel central na promoção da cidadania ativa, funcionando como uma ponte entre a teoria e a prática. São espaços onde a participação ganha forma concreta e onde os jovens podem sentir-se, de facto, parte das soluções. Nestes

contextos locais, a cidadania deixa de ser uma ideia abstrata para se tornar experiência vivida: os jovens identificam problemas, discutem alternativas e mobilizam recursos para agir. Esta ligação direta entre reflexão e prática transforma os projetos em autênticos “laboratórios de aprendizagem social”, tal como sublinha a UNESCO (2021). Este processo permite-lhes experiência completa: começam pela observação crítica da comunidade, passam pela formulação de propostas e culminam na implementação de ações. Ao longo deste processo, os jovens experimentam a força da ação coletiva e desenvolvem um olhar mais atento sobre as dimensões sociais, ambientais e políticas que moldam a sua realidade. Participar localmente, nesse sentido, é também exercitar uma cidadania global.

O impacto da participação em projetos comunitários é multifacetado, e vai muito além da experiência imediata. Diversas organizações internacionais apontam para os seguintes benefícios:

- Competências Práticas: a experiência direta em projetos fortalece capacidades essenciais como a liderança, a colaboração em equipa e a resolução de problemas complexos, preparando os jovens para futuros desafios profissionais e cívicos.
- Competências Socioemocionais: a interação com diferentes membros da comunidade e a necessidade de trabalhar em prol de um objetivo comum promovem ativamente a empatia, o sentido de responsabilidade e a cooperação, aspetos destacados pela OCDE (2020) como fundamentais para o desenvolvimento pessoal.
- Fortalecimento Cívico e Social: estas experiências reforçam a confiança cívica, o sentido de pertença à comunidade e a coesão social, pilares essenciais para a saúde democrática (Council of Europe, 2017).
- Transição para a Vida Adulta: ao permitirem que os jovens se reconheçam como verdadeiros agentes de mudança, estas iniciativas aumentam a sua empregabilidade e facilitam uma integração cívica mais robusta, alinhando o progresso individual com o coletivo (OCDE, 2020).

Não surpreende, por isso, que o valor destes projetos seja amplamente reconhecido por um forte consenso entre diversas organizações internacionais. Mais do que instrumentos de política educativa ou social, eles revelam-se espaços vivos de crescimento, identidade e participação.

1.3.2.3 A Perspetiva das Organizações Internacionais

A eficácia dos projetos comunitários na promoção da cidadania ativa juvenil é comprovada através de um consenso notável entre as principais organizações internacionais. Esta validação confere legitimidade a estas iniciativas e fornece um enquadramento forte para a orientação de políticas públicas de juventude a nível nacional e global:

- União Europeia e Conselho da Europa: a visão europeia considera a cidadania ativa um pilar central da coesão social e da resiliência democrática. Neste contexto, o Conselho da Europa (2020) reforça a importância de criar condições estruturais que permitam e incentivem os jovens a liderar os seus próprios projetos de intervenção. Reconhece-se que a cidadania é construída através da prática, em processos que atribuem uma voz real aos jovens e validam o seu papel na transformação social.
- UNESCO e OCDE: estas duas organizações oferecem perspetivas complementares, uma focada no enquadramento pedagógico e a outra nos resultados socioeconómicos. A UNESCO (2021) enquadra a participação comunitária no âmbito mais amplo da educação para a cidadania global, que visa formar indivíduos com uma consciência crítica e responsáveis. Por sua vez, a OCDE (2020) foca-se no impacto concreto destas experiências no desenvolvimento de competências socioemocionais, estabelecendo uma ligação direta entre a participação cívica, a empregabilidade e o progresso coletivo.

Este consenso institucional reforça a ideia de que investir em projetos comunitários liderados por jovens é uma estratégia política fundamentada e comprovada.

1.3.2.4 Síntese e Conclusão

A análise demonstra que os projetos comunitários são espaços privilegiados de participação que combinam o desenvolvimento individual dos jovens com o fortalecimento da comunidade. Mais do que meras atividades extracurriculares, estas iniciativas constituem um mecanismo fundamental para a formação de cidadãos conscientes, competentes e empenhados.

Em suma, os projetos comunitários materializam o conceito de cidadania ativa, transformando-o numa prática concreta; capacitam os jovens com um conjunto essencial de competências práticas e socioemocionais; e são apoiados por um quadro político internacional forte que reconhece o seu valor estratégico.

Conclui-se, portanto, que o incentivo a projetos comunitários não é apenas uma política de juventude, mas um investimento estratégico na construção de sociedades futuras mais inclusivas, solidárias e profundamente democráticas. Ao capacitar os jovens para agir sobre os problemas que os afetam, estamos a fortalecer os alicerces da própria democracia.

2. O PROJETO *REVOLYOUTH*

2.1. FUNDAMENTAÇÃO DO PROJETO

O Projeto *RevolYouth.*, desenvolvido pela Escola das Emoções, surge para dar resposta à necessidade de capacitar os jovens com habilidades de liderança emocional. Diante das questões sociais e individuais enfrentadas pelos jovens, como a falta de autoconfiança, dificuldades de comunicação e problemas de relacionamento, torna-se evidente a importância de oferecer intervenções que promovam o desenvolvimento emocional e social dos mesmos. O projeto propõe-se a capacitar jovens entre os 13 e os 25 anos com habilidades de liderança emocional, proporcionando ferramentas práticas e efetivas para enfrentar os desafios da vida de forma consciente, empática e responsável.

O *RevolYouth* baseia-se na premissa de que a educação emocional é tão crucial quanto a educação académica. Ao integrar aprendizagem prática, experiências participativas e desenvolvimento de competências socioemocionais, o programa promove o crescimento pessoal e social dos participantes, preparando-os para a vida em comunidade e para a tomada de decisões informadas em diferentes contextos da sua vida.

O impacto e a relevância do *RevolYouth* foram reconhecidos a nível nacional com o apoio do Prémio Caixa Social 2023 da Caixa Geral de Depósitos, na categoria de Educação, Formação e Capacitação. Esta distinção reforça não apenas a qualidade metodológica e pedagógica do programa, mas também a sua pertinência na promoção da cidadania ativa, da inclusão social e do desenvolvimento integral dos jovens.

A execução do *RevolYouth* assentou numa lógica de colaboração interinstitucional, reconhecendo que o sucesso de uma intervenção desta natureza depende do envolvimento de diferentes atores da comunidade.

Foram estabelecidas quatro parcerias formais que desempenharam um papel determinante na divulgação do projeto e no encaminhamento de jovens participantes:

- Município de Leiria: parceiro institucional de referência, que apoiou a mobilização de jovens através das suas estruturas municipais e serviços educativos;
- EAPN - Rede Anti Pobreza de Leiria: que forneceu o espaço para as dinâmicas e convívio;
- InPulsar - Associação para o Desenvolvimento Comunitário: responsável por promover o projeto junto de comunidades locais e incentivar a participação ativa dos jovens;
- Lar de Infância e Juventude Santa Isabel: que facilitou o encaminhamento de jovens em situações de maior fragilidade social e emocional.

Estes parceiros foram fundamentais para ampliar o alcance do *RevolYouth*, permitindo não só a divulgação alargada da iniciativa, mas também garantindo que o programa chegasse a jovens em situações de vulnerabilidade social e/ou psicológica.

A colaboração estabelecida reforça o caráter comunitário e inclusivo do projeto, assegurando que este não se limitasse a um grupo restrito de participantes, mas que tivesse impacto real em públicos mais diversos e em maior risco de exclusão.

2.1.1. Caracterização sucinta do projeto RevolYouth

O *RevolYouth* distingue-se por ser um programa inovador e integrador, que combina teoria, prática e experiências participativas. O projeto foi concebido para atuar de forma gradual e contínua, estimulando os jovens a explorar o seu potencial, compreender as suas emoções e desenvolver competências essenciais para a liderança e para a vida em sociedade.

Entre as competências trabalhadas, destacam-se:

- Educação emocional: os jovens aprendem a identificar, compreender e gerir as próprias emoções, bem como a reconhecer as emoções dos outros, promovendo relações mais saudáveis e empáticas.
- Comunicação: desenvolvimento da capacidade de expressar ideias, opiniões e *feedback* de forma clara, assertiva e respeitosa, facilitando o diálogo construtivo.
- Pensamento criativo e resolução de problemas: estímulo à criatividade e à inovação, capacitando os jovens a abordar desafios de forma flexível e eficiente.

- Empatia e colaboração: fortalecimento da capacidade de trabalhar em grupo, valorizar diferentes perspectivas e construir relações de confiança.

A intervenção organiza-se em várias etapas complementares, pensadas para facilitar a aprendizagem progressiva e aplicada:

- Bootcamp intensivo: uma imersão inicial de curta duração, focada no autoconhecimento, na autoexpressão e no desenvolvimento das competências emocionais básicas. Esta fase cria a base necessária para o restante percurso do programa.
- Mentoria: acompanhamento individualizado por profissionais ou facilitadores experientes, que orientam os participantes na aplicação prática das aprendizagens e ajudam a superar desafios específicos.
- Projetos comunitários: os jovens implementam iniciativas concretas com impacto social, permitindo a aplicação das competências adquiridas em contextos reais e promovendo um sentido de responsabilidade e participação ativa na comunidade.
- Mostra pública: ao final do programa, os participantes apresentam os projetos desenvolvidos, celebrando conquistas e promovendo o reconhecimento da sua aprendizagem e contribuição social.

Resumindo, ao longo do período letivo, são realizadas 9 sessões estruturadas, nas quais se promove, de forma lúdica e criativa, o autoconhecimento, a expressão emocional e a compreensão da diversidade, garantindo que cada jovem desenvolva a sua capacidade de agir de forma consciente e inclusiva. Estas sessões combinam dinâmicas de grupo, exercícios práticos, debates e momentos de reflexão individual.

2.1.2. BENEFÍCIOS DO PROGRAMA

A participação no *RevolYouth* oferece uma ampla gama de benefícios que impacta positivamente a vida e o futuro de cada participante. Este programa foi projetado para desenvolver a inteligência emocional e as competências de liderança de um jovem.

Segundo a Escola das Emoções, os principais benefícios de participar neste programa são:

- Bem-estar pessoal: os participantes desenvolvem ferramentas para gerir emoções de forma saudável, reconhecendo sentimentos e aprendendo estratégias de autorregulação.
- Comunicação eficaz: promove-se a capacidade de transmitir ideias e feedback de forma clara, assertiva e empática, essencial para relações interpessoais equilibradas.
- Construção de relações saudáveis: os jovens aprendem a construir e manter relações positivas, valorizando a cooperação, o respeito mútuo e o espírito de equipa.
- Tomada de decisões fundamentadas: ao integrar informações racionais e emocionais, os participantes são capazes de tomar decisões mais fundamentadas e alinhadas com as necessidades do grupo.
- Motivação e gestão de conflitos: ao compreender e gerir emoções em situações desafiantes, os líderes aprendem a resolver discussões de maneira construtiva e transformar conflitos em oportunidades de crescimento e aprendizagem.
- Resiliência: o programa fortalece a capacidade de enfrentar mudanças e adversidades com confiança, estimulando a autoconfiança e a capacidade de inspirar e liderar outros em tempos de desafio.

O *RevolYouth*, portanto, não se limita a transmitir conhecimentos teóricos, mas procura desenvolver competências concretas, aplicáveis na vida quotidiana e na participação social, preparando os jovens para se tornarem agentes ativos e responsáveis na comunidade. Este enfoque integrador e prático distingue o projeto e sustenta a sua fundamentação enquanto intervenção socioeducativa de referência. Com isto, a Escola das Emoções pretende capacitar os jovens para transformarem as suas intenções, sonhos e ideias em projetos tangíveis e significativos.

2.2. ESTRUTURA E METODOLOGIA

A estrutura do *RevolYouth* está organizada em etapas complementares, permitindo uma progressão gradual do conhecimento teórico e das competências práticas. Esta abordagem garante que cada participante evolua do autoconhecimento inicial à aplicação prática das habilidades desenvolvidas em contextos reais.

2.2.1. ETAPAS DO PROJETO

O *RevolYouth* organizou-se em várias etapas complementares, cada uma pensada para desenvolver e reforçar as competências de liderança emocional dos jovens participantes. A estrutura progressiva do programa permitiu que os participantes adquirissem conhecimentos, desenvolvessem habilidades e aplicassem o que aprenderam em projetos concretos, promovendo tanto o crescimento pessoal como o impacto social.

A tabela abaixo apresenta um resumo das fases do programa, indicando a duração de cada etapa e uma descrição das atividades desenvolvidas:

Etapas	Duração	Descrição da Atividade
<i>Bootcamp</i>	4 fins de semana	Abordagem intensiva de temas como Educação Emocional, Comunicação, Pensamento Criativo, Colaboração, Empatia e Liderança. Esta fase visou criar uma base sólida de competências e preparar os jovens para o restante percurso.
Mentoria	2 meses	Acompanhamento personalizado para orientar os participantes no desenvolvimento de um projeto com impacto positivo na comunidade. Os mentores ofereceram suporte, feedback e estratégias para superar desafios.
Implementação	3 meses	Transformação das ideias em ação: os jovens colocaram em prática os projetos planeados, promovendo melhorias reais na comunidade e aplicando de forma prática as competências adquiridas.
Celebração	1 dia	Mostra pública dos projetos desenvolvidos, permitindo que os participantes partilhem resultados, conquistas e aprendizagens. Este momento reforçou o sentido de realização e reconhecimento das suas competências.

Tabela 2 - Fases do Projeto RevolYouth

2.2.2. METODOLOGIA DE APRENDIZAGEM

O *RevolYouth* adota uma abordagem prática e participativa, baseada nos seguintes princípios pedagógicos:

- Aprendizagem experiencial: os jovens aprendem através da prática, reflexão e aplicação das competências em contextos reais.
- Aprendizagem colaborativa: promove a troca de ideias, cooperação e construção conjunta de soluções.
- Aprendizagem reflexiva: inclui momentos de autoavaliação e reflexão sobre emoções, comportamentos e estratégias de melhoria contínua.

Cada etapa do projeto está estruturada para que os participantes adquiram competências progressivamente: o *Bootcamp* fornece a base, a Mentoria oferece suporte personalizado, a Implementação coloca o conhecimento em prática e a Celebração reforça o reconhecimento e o impacto das aprendizagens.

2.2.3. CONCLUSÃO DO PLANEAMENTO

O planeamento do *RevolYouth* integra de forma coesa estrutura, metodologia e cronograma, garantindo que cada fase contribua para o desenvolvimento integral dos participantes. Ao combinar sessões teóricas, dinâmicas práticas, mentoria e projetos com impacto real, o programa assegura a aplicação concreta das competências socioemocionais, preparando os jovens para desafios futuros e para a liderança positiva na comunidade.

Esta organização sólida do projeto estabelece a base necessária para a implementação e avaliação do programa, que será detalhada no capítulo seguinte.

2.3. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

A avaliação constitui um elemento central em qualquer intervenção socioeducativa, pois permite verificar o alcance dos objetivos propostos, identificar áreas de melhoria e fundamentar decisões sobre o desenvolvimento futuro do programa. No contexto do Projeto *RevolYouth*, a avaliação não se limita à mensuração de resultados imediatos, mas visa compreender o impacto do programa no desenvolvimento socioemocional dos participantes, na sua integração comunitária e no bem-estar psicológico global. Em suma, um instrumento de medida de impacto é essencial para comprovar o valor de um projeto social e garantir o seu apoio contínuo, ao mesmo tempo em que contribui para o avanço das práticas no campo da intervenção social.

Desta forma, e para avaliar o impacto do *RevolYouth*, é preciso identificar os principais objetivos a alcançar com o projeto. Isto inclui o desenvolvimento de competências

específicas nos jovens, o impacto nas comunidades locais, a melhoria do bem-estar emocional dos participantes, entre outros. Também é essencial determinar indicadores específicos que ajudarão a medir o processo em direção aos objetivos estabelecidos. Isso pode incluir o aumento da autoestima dos jovens, o número de projetos implementados nas comunidades, a melhoria das relações interpessoais, entre outros.

O presente capítulo descreve a metodologia de avaliação adotada, os instrumentos utilizados e os indicadores estabelecidos para medir o sucesso do projeto, garantindo rigor científico e relevância prática.

2.3.1. AVALIAÇÃO INICIAL

Antes do arranque do programa, foi realizada uma avaliação diagnóstica através de entrevistas semiestruturadas individuais (Anexo 1), com a duração aproximada de 45 a 60 minutos, conduzidas via plataforma *Zoom*. Estas entrevistas, de caráter exploratório e com uma abordagem flexível, tiveram como principais objetivos:

- Identificar as expectativas e motivações dos participantes relativamente ao programa;
- Recolher indícios de possíveis situações de vulnerabilidade social;
- Compreender os conhecimentos prévios e perceções dos jovens sobre liderança;
- Estimular uma primeira reflexão pessoal, promovendo a autoanálise e a consciência de si.

As entrevistas foram transcritas e analisadas, constituindo um diagnóstico inicial das competências socioemocionais e das necessidades individuais de cada participante. Estes dados permitem estabelecer uma linha base para comparação com os resultados e identificar o progresso alcançado ao longo do projeto.

2.3.1.1 Estrutura das Entrevistas

As entrevistas realizadas aos participantes foram organizadas em diferentes momentos complementares, concebidos de forma a recolher informação relevante e garantir que os jovens compreendiam o enquadramento do projeto.

Parte I - Apresentação do programa

Iniciava-se com uma explicação introdutória sobre o *RevolYouth*, incluindo a sua missão, objetivos principais, entidade promotora e financiadora. Nesta fase, eram ainda apresentados os conteúdos a abordar, as etapas do programa, o local de realização, o calendário previsto e as condições de participação. Este momento tinha também como finalidade responder a dúvidas e assegurar que todos os jovens estavam devidamente esclarecidos.

Parte II - Questionário de caracterização sociodemográfica

Seguia-se a recolha de dados pessoais e contextuais, através do preenchimento de um formulário de caracterização sociodemográfica. Este instrumento permitia obter informações como idade, naturalidade, nacionalidade, residência e composição do agregado familiar.

Parte III - Entrevista ao participante

A entrevista aprofundava aspetos individuais, incluindo interesses pessoais, hábitos de lazer, áreas de maior motivação e características de personalidade. Procurava-se compreender de que forma os jovens se descreviam a si próprios, o que os preocupava e quais os fatores que lhes proporcionavam maior satisfação e bem-estar.

Posteriormente, exploravam-se as motivações para a inscrição no programa, as expectativas relativamente à participação, a projeção pessoal a médio prazo (como se imaginavam no futuro) e as figuras de referência que consideravam inspiradoras.

No que respeita à liderança, os jovens eram convidados a partilhar a sua compreensão do conceito, a identificar competências que consideravam fundamentais num líder e a refletir sobre as que já possuíam. Questionava-se ainda como persuadiriam outras pessoas a colaborar, como lidavam com situações de conflito e quais as decisões mais difíceis que haviam enfrentado recentemente, bem como os critérios utilizados para as tomar.

Parte IV - Encerramento

Por fim, havia um espaço reservado para comentários adicionais, esclarecimento de dúvidas e reflexão individual. Este momento funcionava também como oportunidade de partilha livre, permitindo aos participantes expressar impressões finais sobre a experiência da entrevista.

2.3.1.2. Análise das entrevistas - Conclusões

A análise das entrevistas diagnósticas permitiu caracterizar de forma mais aprofundada o grupo de participantes.

De uma forma geral, conseguimos perceber que:

- Situação académica e profissional: a maioria encontrava-se ainda em contexto escolar ou em fase de transição para o mercado de trabalho, alguns à procura do primeiro emprego ou a realizar estágios curriculares.
- Heterogeneidade do grupo: o conjunto de participantes revelou grande diversidade, tanto em termos de percursos formativos (programação informática, educação social, animação, comunicação e marketing, ótica ocular) como no que respeita a interesses pessoais (animais, cosplay, informática, videojogos, dança e prática desportiva). Esta heterogeneidade constituiu uma riqueza para o programa, pela diversidade de experiências, mas também um desafio na adaptação das metodologias.
- Bem-estar emocional: um dado relevante prendeu-se com a identificação de episódios de depressão: 17 jovens (14 do género feminino e 3 do género masculino) referiram ter ou ter tido experiências associadas a esta condição. Este resultado reforçou a pertinência de uma intervenção centrada na promoção do bem-estar e da literacia emocional.
- Origem social e geográfica: o grupo contou ainda com jovens provenientes de diferentes classes sociais e de várias localidades do concelho de Leiria, o que reforçou o carácter inclusivo do programa.
- Expectativas dos participantes: as principais expectativas expressas pelos jovens puderam ser agrupadas em três grandes áreas:
 - Desenvolvimento de competências a nível profissional e aprendizagens:
 - “Gostava de falar sobre o meu futuro profissional.” (Participante, 15 anos)
 - “Vai ajudar-me na minha PAP de fim de curso.” (Participante, 18 anos)
 - “Aprender novas coisas.” (Participante, 25 anos)
 - Crescimento pessoal e emocional:
 - “Este projeto vai-me ajudar a ser uma pessoa melhor, mais feliz, a estar menos vezes triste.” (Participante, 15 anos)

- “Tenho dificuldade em expressar-me em falar do que sinto (...) não demonstro, não lido com conflitos (...) escondo-me e lido sozinho com a situação.” (Participante, 22 anos);
 - “As minhas expectativas e desejos são conhecer-me melhor e saber me expressar melhor.” (Participante, 25 anos)
 - Relacionamentos e pertença:
 - “Gostava de conhecer mais pessoas, ter um grupo de partilha.” (Participante, 25 anos)
 - “Acho que me vai ajudar a fazer novas amizades, trazer mais conhecimento e estudar as emoções no outro.” (Participante, 19 anos)
 - “(...) vai ser uma experiência nova e gostava de conhecer pessoas na área artística.” (Participante, 19 anos)
- Conceções sobre liderança: Relativamente ao conceito de liderança, a maioria dos jovens já tinha tido algum contacto prévio, ainda que de forma superficial. Quando questionados sobre as características de um bom líder, emergiram referências recorrentes à empatia, capacidade de escuta, motivação e responsabilidade. Algumas das respostas foram:
 - “Um bom líder deve estar sempre na frente, (...) ter iniciativa, ajudar (...), ser compreensivo, bom ouvinte, não desrespeitar.” (Participante, 19 anos)
 - “É a forma de motivar um grupo de modo a alcançarem os objetivos. Um líder resolve conflitos e toma decisões.” (Participante, 25 anos)
 - “Ser um líder (...) não é apenas liderar uma equipa. É conseguir liderar e, ao liderar, ajudar todos, compreender todos e arranjar uma forma de concordar com a situação.” (Participante, 14 anos)
 - “Um líder tem de ser alguém que saiba ouvir as pessoas e dar bons exemplos.” (Participante, 17 anos)
 - “A liderança para mim é a capacidade de motivar as pessoas a fazerem o seu melhor.” (Participante, 22 anos)
 - “A liderança é ajudar em todas as dificuldades e não deixar ninguém para trás.” (Participante, 15 anos)
 - “Um líder não precisa de ser o mais forte, mas sim o que sabe pensar no bem de todos.” (Participante, 13 anos)

2.3.2. INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

A avaliação do programa utilizou instrumentos validados internacionalmente, ajustados às diferentes faixas etárias:

Grupo 1 (13 a 18 anos):

- Study on Social and Emotional Skills (SSES) - OCDE: avalia competências como autocontrole, responsabilidade, empatia, cooperação e resiliência. Permite compreender a relação entre habilidades socioemocionais, desempenho acadêmico e bem-estar geral.
- Índice de Sentimento de Comunidade - Versão 2 (Chavis, Lee & Acosta, 2008): mede o sentimento de pertença, influência, integração, satisfação de necessidades e conexão emocional na comunidade.

Grupo 2 (18 a 25 anos):

- Aplicação das mesmas escalas do Grupo 1.
- Escala das Necessidades Psicológicas Básicas (BPNS-G) - Deci & Ryan, 2000; adaptação portuguesa Amaral & Franco-Borges, 2010: avalia a satisfação das necessidades de autonomia, competência e relacionamento, essenciais para o bem-estar psicológico e para a motivação intrínseca.

Pais/Mães:

- Aplicação da escala SSES, permitindo comparar a percepção dos cuidadores com a autoavaliação dos jovens e reforçar a validade dos dados coletados.

2.3.3. PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE

A análise dos dados envolveu procedimentos integrados:

- Comparação de resultados pré e pós-intervenção para identificar tendências, evolução das competências e áreas de melhoria.
- Cruzamento de dados quantitativos e qualitativos (questionários, entrevistas, observações e feedbacks), permitindo uma visão holística do impacto do programa.
- Avaliação da eficácia e impacto comunitário dos projetos desenvolvidos pelos participantes.

- Ajustes contínuos nas metodologias e atividades, com base nos resultados obtidos, garantindo melhoria constante do programa.

2.3.4. CONSIDERAÇÕES FINAIS SOBRE A AVALIAÇÃO

A avaliação do Projeto *RevolYouth* proporciona uma visão abrangente sobre o desenvolvimento socioemocional, psicológico e comunitário dos participantes. A utilização de instrumentos validados, aliados à análise qualitativa detalhada, assegura rigor científico e relevância prática.

Este processo de avaliação permite:

- Comprovar a eficácia do programa no desenvolvimento das competências socioemocionais.
- Identificar e implementar melhorias contínuas no percurso dos participantes.
- Demonstrar resultados e impacto às famílias, à comunidade e aos *stakeholders*.
- Contribuir para a disseminação de boas práticas no campo da intervenção socioemocional juvenil.

Desta forma, a avaliação consolida o *RevolYouth* como um programa estruturado, mensurável e transformador, capaz de promover crescimento pessoal, integração social e impacto comunitário significativo.

3. METODOLOGIA

3.1 INTRODUÇÃO

Este capítulo descreve a metodologia utilizada para avaliar o impacto do Projeto *RevolYouth*. A escolha de uma abordagem metodológica clara e fundamentada é essencial para garantir a validade e a fiabilidade dos resultados obtidos.

Assim, são apresentados os procedimentos de recolha de dados, os instrumentos aplicados, as características da amostra, bem como as estratégias de análise que sustentaram o estudo.

3.2 TIPO DE ESTUDO

A investigação seguiu um desenho misto, integrando metodologias quantitativas e qualitativas, de forma a captar tanto a evolução mensurável das competências socioemocionais dos participantes como as perceções e experiências vividas pelos mesmos.

- Componente quantitativa: permitiu avaliar o impacto do programa através da aplicação de escalas internacionalmente validadas.
- Componente qualitativa: possibilitou aprofundar a compreensão das vivências dos jovens, das mudanças percebidas e dos significados atribuídos à participação no programa.

A combinação destas duas abordagens forneceu uma análise mais abrangente, conjugando indicadores objetivos com narrativas pessoais que permitem contextualizar os resultados.

3.3 PARTICIPANTES

O Projeto *RevolYouth* envolveu diretamente 41 jovens, que constituíram o público-alvo central da intervenção. Estes participantes foram acompanhados ao longo de todas as fases do programa, beneficiando das sessões de capacitação, momentos de mentoria, implementação de projetos comunitários e partilha pública dos resultados.

Paralelamente, registou-se a participação de 34 elementos considerados participantes indiretos, dos quais 24 eram familiares (pais, mães ou outros cuidadores) e 10 técnicos.

A presença destes atores revelou-se fundamental, não apenas pelo apoio prestado aos jovens, mas também por possibilitar uma visão complementar sobre a evolução das suas competências socioemocionais.

Deste modo, o *RevolYouth* envolveu uma rede alargada de intervenientes, combinando a experiência direta dos jovens com a perceção de familiares e profissionais, o que permitiu uma análise mais completa do impacto do projeto, quer a nível individual, quer comunitário.

3.4 ESTRATÉGIAS DE ANÁLISE

- Análise quantitativa: os dados dos questionários foram tratados através de estatística descritiva (médias, desvios padrões) e comparações pré e pós-intervenção, permitindo identificar tendências de evolução.
- Análise qualitativa: as entrevistas e observações foram transcritas e analisadas com base em categorias temáticas, permitindo compreender perceções subjetivas e evidências de transformação pessoal.
- Triangulação dos dados: cruzamento entre os resultados quantitativos e qualitativos, reforçando a consistência e a validade das conclusões.

3.5 CONSIDERAÇÕES ÉTICAS

O estudo respeitou os princípios éticos da investigação em ciências sociais:

- Consentimento informado dos participantes e dos encarregados de educação.
- Garantia de confidencialidade e anonimato dos dados recolhidos.
- Utilização da informação exclusivamente para fins académicos e de investigação.

3.6 CONCLUSÃO

A metodologia definida permitiu construir uma avaliação de impacto robusta, combinando dados quantitativos e qualitativos para captar as mudanças promovidas pelo projeto. Assim, foi possível analisar de forma abrangente o desenvolvimento de competências socioemocionais, o bem-estar psicológico e a integração comunitária dos jovens, como se demonstrará no capítulo seguinte.

4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DE RESULTADOS

4.1 INTRODUÇÃO

O presente capítulo apresenta os resultados da avaliação de impacto do Projeto *RevolYouth*, implementado pela Escola das Emoções durante o ano letivo de 2023/2024. Os dados aqui expostos foram recolhidos no âmbito do relatório final elaborado pela instituição promotora, constituindo a base empírica sobre a qual se desenvolve a análise deste relatório.

O objetivo é demonstrar em que medida o programa contribuiu para o desenvolvimento de competências socioemocionais, o fortalecimento do sentimento de pertença comunitária e a satisfação das necessidades psicológicas básicas dos jovens participantes. Para tal, são analisados os resultados quantitativos obtidos através das escalas padronizadas, bem como os testemunhos qualitativos que ilustram a experiência vivida pelos participantes.

Os dados ofereceram uma visão geral da diversidade etária e de género do grupo, bem como a presença de jovens com N.E.E. (Necessidades Educativas Especiais), que foi crucial para adaptar as metodologias e abordagens durante o projeto.

4.2 CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

O programa *RevolYouth* contou com a participação de 41 jovens, distribuídos em dois grupos etários (13-18 anos e 18-25 anos).

1. Distribuição de género: a amostra foi composta maioritariamente por participantes do género feminino (68,3%, n=28), sendo os restantes do género masculino (31,7%, n=13).
2. Distribuição etária: a idade média dos participantes situou-se nos 18,3 anos, com uma amplitude entre os 13 e os 25 anos. A faixa etária mais representada correspondeu aos jovens entre os 15 e os 20 anos.
3. Necessidades educativas específicas: cerca de 16% dos participantes referiram possuir necessidades educativas específicas, enquanto a maioria (84%) declarou não apresentar esta condição.

4. Nacionalidade, escolaridade e situação profissional: a grande maioria dos jovens era de nacionalidade portuguesa (87,8%), mas registou-se também a presença de participantes oriundos de São Tomé (4,88%), Brasil, Moçambique e Cabo Verde (cerca de 2,44%). Relativamente ao percurso académico, 51,22% tinham concluído o ensino secundário, 41,46% encontravam-se ainda a frequentar o 3.º ciclo do ensino básico, e 7,32% possuíam formação superior. No que respeita à situação profissional, a maioria encontrava-se em contexto de estudo (70,73%), 21,95% estava desempregada e 7,32% trabalhava por conta de outrem. É ainda de destacar que quase metade dos jovens (46,34%) já tinha experienciado pelo menos uma retenção no percurso escolar.
5. Escolaridade parental: os dados relativos à escolaridade parental revelaram diversidade: 31,05% tinham apenas concluído o 1.º ciclo do ensino básico, 20,39% o 2.º ciclo, e 71,32% o 3.º ciclo. 28,29% tinham completado o ensino secundário, e 30,66% detinham curso superior. Apenas uma pequena fração (2,5%) declarou não possuir competências básicas de leitura e escrita.
6. Apoio Social: no que diz respeito ao contexto familiar, 34,15% dos agregados beneficiavam de algum tipo de apoio social, refletindo situações de maior vulnerabilidade económica.
7. Família: quanto à composição familiar, 17,07% dos jovens não tinham irmãos, e 19,51% não residiam com a família de forma regular. A análise da área de residência revelou uma predominância do meio urbano (55,56%), seguido das aldeias (22,22%) e vilas (19,44%). Apenas uma pequena parte (2,78%) residia em meio rural.
8. Saúde e restrições: diversos jovens reportaram problemas de saúde que variaram entre condições físicas (anemia, luxação congénita da anca, patologia hepática, problemas de visão, bronquite asmática, sopro cardíaco) e perturbações psicológicas (ansiedade, ataques de pânico, depressão, surto psicótico).

4.3 AVALIAÇÃO FINAL

A avaliação final constituiu uma etapa central na análise do impacto do *RevolYouth*. Apesar da curta duração do programa, os resultados evidenciaram mudanças significativas em diversas áreas de competências socioemocionais.

4.3.1 RESULTADOS QUANTITATIVOS

4.3.1.1 Study on Social and Emotional Skills (SSES) - OCDE

O SSES é um instrumento desenvolvido pela OCDE para avaliar competências socioemocionais, agrupadas em cinco dimensões:

- Tarefa (autogestão, organização, perseverança);
- Colaboração (empatia, respeito pelos outros);
- Gestão emocional (regulação emocional, gestão do stress);
- Envolvimento social (assertividade, proatividade);
- Inovação (curiosidade, criatividade).

A aplicação deste instrumento mostrou que os jovens adquiriram maior capacidade de identificar, diferenciar e regular emoções, demonstrando progressos claros ao longo das sessões. De forma mais concreta, verificou-se (*RevolYouth* - Relatório Final. Escola das Emoções, 2024):

- Um aumento médio de **66% na compreensão das próprias emoções e das emoções dos outros.**

O que é particularmente relevante, pois indica que os jovens adquiriram maior consciência das emoções próprias e nos outros e capacidade de autorregulação. Esta competência é fundamental para lidar com situações de conflito, reduzir comportamentos de risco e promover relações interpessoais saudáveis.

- Um incremento de **72% na literacia emocional** associada à comunicação (cooperação, assertividade, sociabilidade).

Isto revela que os participantes se tornaram mais aptos a expressar sentimentos e ideias de forma clara e empática. Esta melhoria é crucial para a vida académica e profissional, já que a comunicação eficaz está diretamente associada ao trabalho em equipa e à resolução colaborativa de problemas.

- Uma evolução de **32% no pensamento criativo.**

Embora menos expressiva em termos percentuais, evidencia uma abertura maior à inovação e à procura de soluções alternativas. Trata-se de uma competência que tende a

consolidar-se com a prática e que assume um papel cada vez mais relevante num mercado de trabalho em constante transformação.

- Melhorias visíveis também nas dimensões de **resiliência e responsabilidade**.

Ainda que não quantificadas de forma tão precisa, reforçam a ideia de que os jovens desenvolveram maior capacidade de enfrentar desafios e assumir compromissos. Estas competências são determinantes para a transição para a vida adulta, contribuindo para a autonomia e a construção de percursos de vida mais estáveis.

Em síntese, os resultados do SSES confirmaram o impacto positivo do programa, mostrando que, mesmo num período de intervenção relativamente curto, foi possível promover mudanças significativas em dimensões centrais para o sucesso académico, pessoal e social dos jovens.

4.3.1.2 Sentimento de Comunidade (Índice de Sentimento de Comunidade - versão 2)

A aplicação do Índice de Sentimento de Comunidade evidenciou um crescimento de **43% na perceção de pertença à comunidade** (*RevolYouth* - Relatório Final. Escola das Emoções, 2024). As quatro dimensões da escala (satisfação de necessidades, estatuto de membro, influência e ligações emocionais partilhadas) registaram evolução positiva.

O aumento nas dimensões de satisfação de necessidades e estatuto de membro indica que os participantes passaram a sentir-se mais valorizados dentro do grupo, reconhecendo que as suas necessidades emocionais e sociais eram atendidas.

A melhoria na influência demonstra que os jovens sentiram que a sua voz era ouvida e que tinham capacidade de impactar as decisões coletivas, aspeto essencial para o exercício da cidadania ativa e da liderança democrática.

O reforço das ligações emocionais partilhadas sugere que se criou um clima de confiança e proximidade entre pares, essencial para a construção de redes de apoio que perdurem além do programa.

Este resultado é particularmente relevante para jovens que, de acordo com a caracterização inicial, apresentavam indícios de isolamento social e vulnerabilidade

psicológica. O fortalecimento do sentimento de pertença é, nestes casos, um fator protetor contra o abandono escolar, a marginalização e o risco de problemas de saúde mental.

4.3.1.3 Necessidades Psicológicas Básicas (BPNS - Grupo 2)

A Escala BPNS, aplicada aos jovens do grupo etário 18-25 anos, revelou aumentos significativos nas três dimensões avaliadas (*RevolYouth* - Relatório Final. Escola das Emoções, 2024):

- Autonomia: de 68% para 75% (+17%);

O crescimento de **17% na autonomia** sugere que os participantes passaram a sentir-se mais capazes de tomar decisões e de gerir os seus próprios projetos de vida.

- Competência: de 50% para 70% (+20%);

A evolução de **20% na competência** indica que os jovens reforçaram a confiança nas suas capacidades e se sentiram mais eficazes na resolução de desafios.

- **Relacionamento**: de 40% para 73% (+23%).

O aumento de **23% no relacionamento** demonstra que o programa proporcionou a criação e fortalecimento de vínculos interpessoais significativos, reduzindo o risco de isolamento social. Este aspeto assume especial relevância, considerando os testemunhos de participantes que referiram dificuldades em se expressar ou em criar amizades.

Estes indicadores demonstram que os jovens sentiram maior capacidade de decisão, mais eficácia na concretização de tarefas e um reforço nas suas redes de apoio e pertença social.

Em suma, a análise final mostrou que, mesmo num período relativamente curto, o *RevolYouth* conseguiu promover crescimento socioemocional, bem-estar psicológico e integração comunitária. Estes resultados alinham-se com a literatura internacional, que sublinha a relevância das competências socioemocionais como fatores determinantes da empregabilidade e da realização pessoal (Pool & Sewell, 2007; OCDE, 2021).

4.3.2 RESULTADOS QUALITATIVOS

A análise qualitativa, baseada em entrevistas, observações participantes e testemunhos recolhidos ao longo das diferentes fases do programa, permitiu complementar os

resultados quantitativos, oferecendo uma visão mais rica e subjetiva da experiência dos jovens. Alguns jovens referiram, por exemplo:

- “*Tornei-me mais responsável e consegui acreditar mais em mim.*” (Participante)
- “*O projeto ajudou-me psicologicamente, deu-me novas ferramentas para lidar com problemas.*” (Participante)
- “*Criou-se um ambiente de confiança onde me senti ouvido e valorizado.*” (Participante)

Estes testemunhos sugerem que o *RevolYouth* teve um impacto transformador na vida dos participantes, indo além da aquisição de competências socioemocionais mensuráveis. As narrativas revelam ganhos em áreas como a autoconfiança, o bem-estar psicológico e o sentido de pertença.

Do ponto de vista académico, importa sublinhar que estas dimensões qualitativas reforçam os dados obtidos nas escalas quantitativas: a referência ao aumento da responsabilidade e da autoconfiança corrobora os resultados da BPNS, a menção ao apoio psicológico articula-se com os progressos observados no SSES, e a valorização do ambiente de confiança confirma o crescimento identificado no Índice de Sentimento de Comunidade.

Assim, os resultados qualitativos permitem concluir que o *RevolYouth* não só potenciou aprendizagens objetivas, mas também promoveu mudanças subjetivas e relacionais profundas, fundamentais para a construção de trajetórias de vida mais seguras, equilibradas e inclusivas.

4.3.3 SÍNTESE DOS RESULTADOS

Em síntese, os resultados obtidos permitem concluir que o Projeto *RevolYouth*:

1. Promoveu o desenvolvimento socioemocional dos jovens, com ganhos significativos em comunicação, empatia, responsabilidade e regulação emocional.
2. Reforçou o sentimento de pertença comunitária, traduzido num maior envolvimento com o grupo, valorização das relações interpessoais e fortalecimento dos laços de cooperação.

3. Contribuiu para a satisfação das necessidades psicológicas básicas, em especial nos jovens mais velhos, favorecendo a autonomia, a competência e os relacionamentos interpessoais.

4.4 PROJETOS COMUNITÁRIOS DESENVOLVIDOS

Uma das componentes centrais do *RevolYouth* consistiu na implementação de projetos comunitários, concebidos e dinamizados pelos próprios participantes ao longo da fase prática do programa. Esta etapa permitiu que os jovens colocassem em prática as competências socioemocionais e de liderança adquiridas, transformando ideias em iniciativas concretas com impacto real nas suas comunidades.

No total, foram desenvolvidos **8 projetos**, abrangendo diferentes áreas temáticas, tais como:

- Inclusão social e apoio comunitário, com foco no reforço da solidariedade e da entreajuda;
- Educação e sensibilização, em particular no domínio da saúde mental e da educação emocional;
- Ambiente e sustentabilidade, incentivando práticas mais conscientes e ecológicas;
- Arte e cultura, como forma de expressão criativa e de promoção da identidade juvenil.

Os projetos envolveram não apenas os participantes diretos, mas também familiares, técnicos e membros da comunidade local, reforçando o sentimento de pertença e de responsabilidade social.

Algumas iniciativas tiveram como destinatários grupos específicos em situação de vulnerabilidade, enquanto outras procuraram sensibilizar a comunidade em geral para problemáticas sociais relevantes.

A descrição detalhada de cada projeto incluindo objetivos, atividades a realizar, público-alvo abrangido, encontra-se disponível no Anexo 2.

4.5 CONCLUSÃO

A avaliação de impacto do *RevolYouth* demonstrou que o programa cumpriu os objetivos delineados, alcançando resultados consistentes e alinhados com a literatura científica sobre educação socioemocional, liderança juvenil e desenvolvimento positivo dos jovens.

Os dados quantitativos evidenciaram melhorias expressivas nas competências socioemocionais e no sentimento de comunidade, enquanto os resultados qualitativos reforçaram a dimensão subjetiva e experiencial das mudanças, traduzidas em maior autoconfiança, motivação e bem-estar psicológico.

Para além destes indicadores, importa destacar a relevância dos projetos comunitários desenvolvidos pelos participantes, que se constituíram como produto visível da intervenção. Estas iniciativas traduziram, na prática, as competências adquiridas, enquanto tiveram impacto direto na comunidade, reforçando o caráter aplicado e transformador do programa.

Estes resultados consolidam o *RevolYouth* como uma intervenção inovadora e eficaz, com capacidade para gerar benefícios tanto a nível individual (crescimento pessoal, competências de vida, saúde emocional) como coletivo (coesão social, fortalecimento comunitário).

Neste sentido, o programa constitui um contributo relevante para o campo da educação socioemocional em Portugal, demonstrando que iniciativas deste género, quando bem estruturadas, podem produzir impactos significativos. Ao mesmo tempo, os resultados sugerem a pertinência de dar continuidade e escala a este tipo de intervenção, de modo a maximizar os seus efeitos a longo prazo e a consolidar práticas sustentáveis de promoção do desenvolvimento dos jovens.

5. CONCLUSÕES

O presente trabalho teve como propósito avaliar o impacto do Projeto *RevolYouth*, uma intervenção inovadora de educação socioemocional e liderança juvenil, promovida pela Escola das Emoções e desenvolvida em estreita colaboração com diversos parceiros institucionais e comunitários.

Partindo de um diagnóstico inicial que evidenciou necessidades prementes nos jovens, relacionadas com a autoconfiança, a comunicação, a gestão emocional e o sentido de pertença, delineou-se um programa estruturado em várias fases: bootcamp, mentoria, implementação de projetos comunitários e celebração pública. Esta organização permitiu articular momentos de capacitação individual com a aplicação prática dos conhecimentos adquiridos em contextos reais, assegurando uma aprendizagem experiencial e significativa.

Os resultados obtidos confirmaram a eficácia da intervenção. A avaliação quantitativa, baseada em instrumentos internacionalmente reconhecidos (SSES, CSC-2 e BPNS), demonstrou ganhos claros nas áreas da comunicação, empatia, autorregulação emocional, sentimento de comunidade e satisfação das necessidades psicológicas básicas. Em paralelo, a análise qualitativa, sustentada por entrevistas, observações e testemunhos, reforçou estas conclusões, evidenciando transformações na forma como os jovens se percebem a si próprios e ao mundo que os rodeia, traduzidas em maior autoconfiança, motivação e bem-estar psicológico.

Destaca-se, ainda, a relevância dos projetos comunitários desenvolvidos pelos participantes, que materializaram as aprendizagens adquiridas e tiveram impacto direto na comunidade envolvente. Estas iniciativas demonstraram que o programa não se limitou a promover mudanças individuais, mas também fomentou práticas de cidadania ativa, de solidariedade e de liderança socialmente responsável.

Do ponto de vista académico e científico, o *RevolYouth* confirma a importância de programas de curta e média duração, baseados em metodologias participativas, para a promoção do desenvolvimento integral dos jovens. Os dados aqui apresentados alinham-se com a literatura sobre educação socioemocional, liderança juvenil e desenvolvimento positivo, contribuindo para a validação da pertinência de intervenções neste domínio em Portugal.

Conclui-se, assim, que o *RevolYouth* constitui um contributo relevante para o campo da educação socioemocional, demonstrando que projetos desta natureza, quando bem estruturados e apoiados em parcerias sólidas, têm potencial para gerar impactos significativos, tanto a nível individual como coletivo.

Finalmente, os resultados obtidos apontam para a necessidade de dar continuidade e escala a este tipo de intervenção, de forma a consolidar práticas sustentáveis e a maximizar os seus efeitos a longo prazo. Investir na educação socioemocional e na liderança juvenil não é apenas uma resposta às necessidades atuais, mas uma estratégia essencial para preparar gerações futuras mais conscientes, resilientes e capacitadas para enfrentar os desafios sociais, emocionais e profissionais do século XXI.

BIBLIOGRAFIA

Appel-Silva, M., Welter Wendt, G., & Iracema de Lima Argimon, I. (2010). *A teoria da autodeterminação e as influências socioculturais sobre a identidade*. *Psicologia em Revista*, 16(2), 351–369.

Comissão Europeia. (2022). *EU youth report 2022*. Publications Office of the European Union. <https://doi.org/10.2766/74685>

Conselho da Europa. (2017). *Young people's access to rights: Recommendation CM/Rec(2016)7*. Council of Europe Publishing. <https://edoc.coe.int/en/>

Council of Europe. (2020). *Youth sector strategy 2030*. Council of Europe. <https://www.coe.int/en/web/youth/youth-sector-strategy-2030>

Cunha, O. O., Ornelas, J., & Moniz, M. J. V. (2018). *Sentimento psicológico de comunidade: Estudo da escala SCI-2 num contexto associativo*. *Análise Psicológica*, 36(4), 515–526. <https://doi.org/10.14417/ap.1362>

Deci & Ryan. (2000). *Basic Psychological Need Satisfaction Scale*. https://selfdeterminationtheory.org/wp-content/uploads/2022/02/BPNSS-General_21item.pdf

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

Escola das Emoções. (2024). *RevolYouth - Relatório Final*. *Escola das Emoções*.

European Commission. (2022). *EU youth report 2022*. Publications Office of the European Union. <https://doi.org/10.2766/74685>

Gaspar, T., Guedes F. B., Cerqueira, A., Matos, M. G., & Equipa Aventura Social. (2022). *A Saúde dos Adolescentes Portugueses em Contexto de Pandemia*. HEALTH BEHAVIOUR IN SCHOOL - AGED CHILDREN. https://aventurasocial.com/wp-content/uploads/2022/12/HBSC_Relato%CC%81rioNacional_2022-1.pdf

Magalhães, J. (2021). Vulnerabilidade social e saúde mental de crianças e jovens. *PePSIC*. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1519-03072021000200002&script=sci_arttext

Mesa, M., Garcia, I., Morcillo, R., Arenas, E., Yanguas, G., Ramos, A., & Álvarez, E. M. (2021). *Os jovens em Portugal, hoje: Quem são, que hábitos têm, o que pensam e o que sentem*. Estudos da Fundação. <https://www.ffms.pt/sites/default/files/2022-07/os-jovens-em-portugal-hoje.pdf>

OECD. (2020). *Education for a better world: A focus on citizenship*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/19939019>

OECD. (2021). *OECD survey on social and emotional skills: Technical report*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/92a11084-en>

Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). (s.d.). *Saúde mental dos adolescentes*. Disponível em <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental-dos-adolescentes>

Santos, M. (2021). *Determinantes de saúde mental nos adolescentes dos 14 aos 17 anos, em Portugal - Estudo SILNE-R* [Dissertação de mestrado, Universidade Nova de Lisboa]. <https://run.unl.pt/bitstream/10362/154210/1/RUN%20-%20Disserta%3%a7%3%a3o>

Silva, M., Fernandes-Jesus, M., Loff, M., Nata, G., & Menezes, I. (sem data). *A Participação Política da Juventude em Portugal*.

The Study on Social and Emotional Skills—About the Study—OECD. (sem data). Obtido 29 de junho de 2025, de <https://www.oecd.org/education/ceri/study-on-social-and-emotional-skills-the-study.htm>

UNESCO. (2021). *Reimagining our futures together: A new social contract for education*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379707>

UNESCO. (2021). *What you need to know about social and emotional learning*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379168>

UNICEF. (2020). *Worlds of influence: Understanding what shapes child well-being in rich countries*. Innocenti Report Card 16. UNICEF Office of Research – Innocenti. <https://www.unicef-irc.org/publications/1140-worlds-of-influence.html>

World Health Organization [WHO]. (2021). *Adolescent mental health*. WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

ANEXOS

ANEXO 1 - ENTREVISTA SEMI-ESTRUTURADA INICIAL | GUIÃO *REVOLYOUTH*

CRITÉRIOS	DESCRIÇÃO
Objetivos / Propósito	-Avaliar expectativas iniciais e motivações; -Perceber se existem características que revelem vulnerabilidade social; -Fazer uma primeira análise sobre o que já conhecem acerca da liderança; -Criar um primeiro momento de reflexão acerca de si próprio.
Entrevistados	2 grupos de jovens: Grupo 1) com idades entre os 13 e os 18 anos; e Grupo 2) com idades compreendidas entre os 18 e 25 anos. -De diferentes escolas ou contextos de trabalho; -De diferentes áreas de ensino; -De diferentes contextos sócio-económicos. -Amostra de pelo menos 10 participantes em cada um dos grupos
LPMeio de comunicação	Oral (gravada, se houver consentimento). Presencialmente ou via plataforma online. Momento e horário a definir com o entrevistado.
Duração	Cerca de 45/60m

Parte I | Explicação sobre o Programa

- Apresentação do programa: o que é, objetivos, quem implementa, quem financia.
- Conteúdos que serão abordados e respetivas fases do programa;
- Como e onde vai acontecer;
- Quando e horários;
- Condições;
- Esclarecimento de dúvidas e questões.

Parte II | Questionário de caracterização sociodemográfica

- Recolha das informações e preenchimento do formulário de caracterização sociodemográfica do participante

Parte III | Entrevista ao participante

Dados de identificação: Nome, Idade, Naturalidade, Nacionalidade, Morada, Com quem vives?

Interesses/ gostos e caracterização

- 1) Geralmente, a que atividades te dedicas durante os teus tempos livres?
- 2) Que interesses tens? Que temas mais gostas de explorar?
- 3) Se pudesses definir algo em que te destacas, seria...
- 4) Em poucas palavras, como te descreverias?
- 5) O que te tira do sério?
- 6) E o que te faz verdadeiramente feliz?

Motivações

- 1) O que te levou a inscreveres-te neste programa?
- 2) O que esperas do programa? Quais as tuas expectativas e desejos?
- 3) Como te imaginas daqui a 10 anos?
- 4) Quem são as pessoas que mais te inspiram?

Liderança

- 1) O que entendes por liderança?
- 2) Que competências é que, para ti, um líder deverá ter?
- 3) Das competências que elencaste, quais consideras já ter?
- 4) Como convencerias as pessoas a fazerem algo que tu queres?
- 5) Como descreves o modo como lidas com um conflito?
- 6) Qual foi a decisão mais difícil que tiveste que tomar recentemente? Como chegaste a essa decisão?

Parte IV| Momento para esclarecimento de dúvidas e observações /Partilhas

ANEXO 2 - PROJETOS COMUNITÁRIOS DESENVOLVIDOS PELOS JOVENS NO ÂMBITO DO REVOLYOUTH

REVOLYOUTH RELATÓRIO FINAL

Implementação



Jogo de tabuleiro de promoção da saúde mental com jovens



Composto por 2 jovens.



Criar um jogo de tabuleiro que integram as diferentes formas e simbologias do jogo.



Promover o bem-estar e a qualidade de vida nos jovens;
Promover o debate sobre saúde-mental;
Promover o diálogo;
Desenvolver competências emocionais;
Reduzir o estigma.



Telémóvel
+ 351 915 892 407

Email
info@escoladasemocoes.pt

Sede
Rua Dr. Agostinho Tinoco lote 13 loja 2,
Capuchos, 2400-084 Leiria

REVOLYOUTH RELATÓRIO FINAL

Implementação



Atividades de bem-estar com pessoas em situação de sem-abrigo



Composto por 4 jovens.



Conjunto de 9 ações com atividades de bem-estar.



Promover o bem-estar e coesão a coesão no grupo terapêutico "Giros à Conversa";
Criar jogos e dinâmicas lúdicas, que integram as diferentes formas e simbologias do jogo;
De setembro 2024 a junho 2025, 1ª terça-feira de cada mês das 15h00 às 16h00.



Telémóvel
+ 351 915 892 407

Email
info@escoladasemocoes.pt

Sede
Rua Dr. Agostinho Tinoco lote 13 loja 2,
Capuchos, 2400-084 Leiria

REVOLYOUTH RELATÓRIO FINAL

Implementação



Criação e promoção de conteúdos digitais



Composto por 5 jovens.



Divulgar os restantes grupos de trabalho.



Criar logotipo para os outros grupos de trabalho;
Entrevistar os elementos e parceiros dos projetos;
Realizar um vídeo curto sobre o impacto;
Projeto de continuidade.



Telémóvel
+ 351 915 892 407

Email
info@escoladasemocoes.pt

Sede
Rua Dr. Agostinho Tinoco lote 13 loja 2,
Capuchos, 2400-084 Leiria

REVOLYOUTH RELATÓRIO FINAL

Implementação



Promoção do brincar na 1ª infância



Composto por 5 jovens.



Conjunto de 9 ações com atividades lúdicas para crianças em idade pré-escolar e de 1º ciclo.



Promover a brincadeira de forma livre, mas orientada. Combater o sedentarismo; proporcionar que as crianças se conheçam a si mesmas através do brincar; desenvolver a criatividade; promover as relações sociais positivas, a resolução de conflitos entre os pares e melhorar a saúde mental e física das crianças;
De outubro a junho 2025, 3ª sábado de cada mês das 10h30 às 12h30.



Telémóvel
+ 351 915 892 407

Email
info@escoladasemocoes.pt

Sede
Rua Dr. Agostinho Tinoco lote 13 loja 2,
Capuchos, 2400-084 Leiria

REVOLYOUTH

RELATÓRIO FINAL

Implementação



Promoção da imagem do Clube União de Leiria



Composto por 2 jovens.



Criação do União Dance Group.



Claque de dança para o Clube União de Leiria, que irá atuar com coreografias semi-profissionais na abertura, intervalo e finalização dos jogos do Clube; Angariação de patrocínios e apoios para constituir o grupo formalmente; Projeto de continuidade.



Telémóvel
+ 351 915 892 407

Email
info@escoladasemoções.pt

Sede
Rua Dr. Agostinho Tinoco lote 13 loja 2,
Capuchos, 2400-084 Leiria

REVOLYOUTH

RELATÓRIO FINAL

Implementação



Promoção da diversidade cultural



Composto por 5 jovens.



Promover um podcast mensal com convidados que tragam diferentes experiências pessoais e profissionais sobre este tema.



Criar imagem do evento, preparar guiões de entrevista, convidar pessoas/instituições; novembro - Amnistia Internacional de Leiria - Direitos da comunidade LGBTQIA+ e de igualdade de género; dezembro - OASIS - Organização de Apoio e Solidariedade para a Integração Social - Acessibilidades; janeiro - representante da cultura africana - Interculturalidade na Cidade de Leiria; Projeto de continuidade.



Telémóvel
+ 351 915 892 407

Email
info@escoladasemoções.pt

Sede
Rua Dr. Agostinho Tinoco lote 13 loja 2,
Capuchos, 2400-084 Leiria

REVOLYOUTH

RELATÓRIO FINAL

Implementação



Proteção animal



Composto por 6 jovens.



Promover a proteção de animais na cidade de Leiria ou em bairros específicos.



Pesquisar as políticas municipais com animais errantes; Sessões fotográficas de forma a promover a adoção e prevenir o abandono; Candidatura ao Bairro Feliz do Pingo Doce ou ao Orçamento Participativo da Câmara de Leiria (2025); Projeto de continuidade.



Telémóvel
+ 351 915 892 407

Email
info@escoladasemoções.pt

Sede
Rua Dr. Agostinho Tinoco lote 13 loja 2,
Capuchos, 2400-084 Leiria

REVOLYOUTH

RELATÓRIO FINAL

Implementação



Proteção animal



Composto por 5 jovens.



Ações de voluntariado em duas instituições dedicadas à proteção animal em Leiria e Marinha Grande.



Limpeza e manutenção dos espaços do gatil; Angariação de fundos; Ações mensais; Projeto de continuidade.



Telémóvel
+ 351 915 892 407

Email
info@escoladasemoções.pt

Sede
Rua Dr. Agostinho Tinoco lote 13 loja 2,
Capuchos, 2400-084 Leiria

