



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 1  
Comunicar  
oralmente no contexto  
profissional



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 7  
Usar os códigos sociais  
relacionados com o  
contexto profissional



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 8  
Trabalhar  
em grupo  
e em equipa



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 9  
Aprender  
e formar-se  
ao longo da vida



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 10  
Construir  
o seu percurso  
profissional

# Competência 10 : Construir o seu percurso profissional

## Introdução



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 1  
Comunicar  
oralmente no contexto  
profissional



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 7  
Usar os códigos sociais  
relacionados com o  
contexto profissional



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 8  
Trabalhar  
em grupo  
e em equipa



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 9  
Aprender  
e formar-se  
ao longo da vida



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 10  
Construir  
o seu percurso  
profissional

Este tutorial integra-se num conjunto mais vasto de ferramentas pedagógicas, desenvolvidas no quadro do projeto **atHOME** e visa o desenvolvimento das competências transversais das auxiliares de ação direta de apoio domiciliário, tendo como base a **Agência Nacional de Educação e Formação de Adultos**.



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 1  
Comunicar  
oralmente no contexto  
profissional

**Ser capaz de construir o seu percurso profissional** implica ter a **competência de se orientar ao longo da vida**, que é um dos quatro eixos do kit de recursos do Euroguidance.



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 7  
Usar os códigos sociais  
relacionados com o  
contexto profissional

Esta é definida como:

- a **capacidade de recolher, analisar, sintetizar e organizar as informações sobre as formações e profissões**
- **mas também como a capacidade de conhecer a si mesmo** para tomar as decisões corretas de forma a lidar com as transições inerentes a qualquer percurso pessoal e profissional.



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 8  
Trabalhar  
em grupo  
e em equipa

A capacidade de construir o seu percurso profissional deve ser mobilizada a qualquer momento da vida. De facto, qualquer indivíduo pode ser levado a questionar as suas escolhas profissionais, seja no momento da escolha da sua formação inicial, durante uma reorientação profissional desejada ou imposta, na procura de emprego,...



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 9  
Aprender  
e formar-se  
ao longo da vida

Mas se um projeto nasce muitas vezes de desejos e sonhos, a sua **concretização** através da elaboração de um percurso deve ser **realista** e **coerente** e ter em conta os **constrangimentos** da pessoa e da profissão previstas.



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 10  
Construir  
o seu percurso  
profissional

Isto requer, portanto, um tempo considerável de reflexão e de introspecção antes de iniciar uma profissão de elevado valor humano e particularmente exigente, como o de auxiliar de ação direta de apoio domiciliário.



#### COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 1

Comunicar oralmente no contexto profissional

É, portanto, essencial poder **guiar e orientar** estas pessoas, através da sua reflexão.



#### COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 7

Usar os códigos sociais relacionados com o contexto profissional

Neste tutorial, convidámo-lo a trabalhar ambos os lados desta competência, levando os participantes a:

- saber mais sobre a profissão de auxiliar de ação direta de apoio domiciliário e da sua realidade no país em questão,
- estabelecer uma avaliação pessoal das suas competências e constrangimentos pessoais,
- cruzar estas informações para garantir a relevância e viabilidade do seu projecto profissional.

➔ Este tutorial irá ajudá-lo a levar os participantes a desenvolver, passo a passo, um percurso profissional coerente e realista.



#### COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 8

Trabalhar em grupo e em equipa



#### COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 9

Aprender e formar-se ao longo da vida



#### COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 10

Construir o seu percurso profissional



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 1  
Comunicar oralmente no contexto profissional



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 7  
Usar os códigos sociais relacionados com o contexto profissional



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 8  
Trabalhar em grupo e em equipa



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 9  
Aprender e formar-se ao longo da vida



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 10  
Construir o seu percurso profissional

Neste tutorial, propomos **atividades em grupo e individuais** que ajudarão cada um a tomar consciência do que os cativa na profissão de auxiliar de ação direta de apoio domiciliário, assim como, a estabelecer um plano de acção baseado nas competências já adquiridas e as que ainda devem adquirir para se tornarem profissionais de apoio domiciliário.

Optamos por abordar apenas, através deste tutorial, as pessoas

- **não estão em formação nem envolvidos nas profissões do domicílio;**
- **mas que tenham refletido sobre o seu projeto profissional e que tenham decidido que queriam orientar-se para as profissões do domicílio.**

Este tutorial é para um **grupo predefinido a um setor.**



**Se estiver a falar com um público geral, que ainda não determinou um projeto profissional, as atividades propostas deverão ser adaptadas e enriquecidas com suportes relativos a todas as áreas profissionais presentes no grupo.**



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 1  
Comunicar  
oralmente no contexto  
profissional



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 7  
Usar os códigos sociais  
relacionados com o  
contexto profissional



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 8  
Trabalhar  
em grupo  
e em equipa



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 9  
Aprender  
e formar-se  
ao longo da vida



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 10  
Construir  
o seu percurso  
profissional

# Os diferentes níveis de aprendizagem





COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 1  
Comunicar oralmente no contexto profissional



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 7  
Usar os códigos sociais relacionados com o contexto profissional



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 8  
Trabalhar em grupo e em equipa



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 9  
Aprender e formar-se ao longo da vida



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 10  
Construir o seu percurso profissional

## Nível 1

Emitir uma ou mais idéias para o seu percurso profissional

## Nível 2

Confrontar o seu projeto às restrições socioeconômicas e à realidade

## Nível 3

Definir um projeto realista e viável

## Nível 4

Determinar as etapas de implementação para o seu percurso profissional

# Objetivos por níveis



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 1  
Comunicar oralmente no contexto profissional

## Nível 1

Emitir uma ou mais idéias para o seu percurso profissional

Será capaz de enumerar uma ou mais **idéias de percurso profissional** e identificar os **requisitos e realidades** do setor-alvo



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 7  
Usar os códigos sociais relacionados com o contexto profissional

## Nível 2

Confrontar o seu projeto às restrições socioeconômicas e à realidade

Será capaz de se informar sobre as atividades e **competências necessárias** ao seu projeto profissional e **analisar a relevância** de seus desejos à luz das realidades observadas



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 8  
Trabalhar em grupo e em equipa

## Nível 3

Definir um projeto realista e viável

Será capaz de formular um **projeto profissional realista e coerente** com o seu perfil e estabelecer a ligação entre os objetivos da formação e os objetivos profissionais.



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 9  
Aprender e formar-se ao longo da vida

## Nível 4

Determinar as etapas de implementação para o seu percurso profissional

Será capaz de **determinar as etapas** de implementação do seu percurso profissional e **reportar oralmente** um compromisso específico com seu projeto



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS 10  
Construir o seu percurso profissional