

Actividades realizadas na Fundação São João de Deus

Iryna Shvydyuk

Relatório de Aprendizagens

Resumo—A participação nas actividades da Fundação São João de Deus revelou-se uma abundante fonte de aprendizagens, contribuindo colossalmente para o meu desenvolvimento pessoal e crescimento enquanto indivíduo. cada uma das três actividades efectuadas permitiu tirar lições únicas que, de certeza, serão imprescindíveis em todos os aspectos da minha vida.

Palavras Chave—abordagem, desafio, pensamento, realidade, comunicação, prioridade, planeamento.

1 INTRODUÇÃO

Os três dias que constituíram o período de realização das actividades na Fundação São João de Deus foram intensamente preenchidas com momentos de aprendizagem e de auto-desenvolvimento.

Num espaço alimentado pelo desejo de ajudar e de proporcionar momentos de alegria, criou-se um ambiente de troca de opiniões, de conhecimentos e de partilha de experiências de vida.

O facto de existirem participantes de personalidades e faixas etárias diferentes trouxe imensas vantagens a nível de desenvolvimento de competências sociais.

O grande objectivo que eu tinha enquanto aluna da cadeira de Portefólio Pessoal III foi alcançado, porém este não foi o único. O presente documento descreve todas as aprendizagens comportamentais que foram desenvolvidas com as actividades e que não poderiam ser obtidas no quadro das cadeiras tradicionais do curso, ou seja, as que resultaram da prática das actividades, das condições destas, das sensações e da minha reflexão sobre a prática.

- Iryna Shvydyuk, nr. 70352,
E-mail: iryna.shvydyuk@tecnico.ulisboa.pt

Relatório recebido dia 24 de Janeiro de 2015.

2 LIÇÕES RETIRADAS

Todas as actividades realizadas permitiram retirar lições únicas que, na minha opinião, são importantes para o crescimento da pessoa como um ser humano e para a sua auto-educação.

2.1 Acção de sensibilização em tablets

A tecnologia é algo que está constantemente presente nas nossas vidas e o seu entender é crucial, porém este processo torna-se complicado quando não temos alguém que nos possa ajudar. O meu grande objectivo, como ajudante ao longo da sessão, consistiu em conseguir explicar algumas das funcionalidades da aplicação *Skype* de forma simples.

De modo a conseguir fazê-lo, foi necessário encontrar abordagem certa para cada participante, pois estes tinham idades e personalidades diferentes. Tenho que admitir que o processo foi muito desafiante ao nível pessoal e obrigou-me a explorar várias alternativas.

Em muitas situações da vida, tanto no contexto de emprego como pessoal, terei que expor ou explicar algo e posso afirmar com toda a certeza que as lições retiradas desta experiência me serão úteis.

2.2 Visita domiciliária a idoso

A época em que vivemos é caracterizada pelo seu ritmo apressado, pelo ritmo que nos obriga

(1.0) Excelent (0.8) Very Good (0.6) Good (0.4) Fair (0.2) Weak	LEARNING					DOCUMENT						
	CONTEXT x2	SKILLS x1	REFLECT x4	S+C x1	SCORE	Structure x0.25	Ortogr. x0.25	Gramm. x0.25	Format x0.25	Title x0.5	Filename x0.5	SCORE
	2	1	4	1	8	0.25	0.25	0.2	0.25	0.5	0.5	1.95

Um leitor deste documento não tem forma de
nao obter o Relatório mencionado, pois não
há citação de uma referência!

a estar constantemente a correr de um lado para o outro, seja para apanhar os transportes ou para chegar a horas da aula da manhã. No meio de tanta agitação, as pessoas esquecem-se do que é realmente importante.

Quando fui destinada a acompanhar a Patrícia Morais nas suas visitas efectuadas regularmente aos idosos, nem suspeitei do impacto que estas teriam em mim.

A primeira visita foi psicologicamente pesada e muito marcante, pois permitiu ter a noção da quantidade de idosos que se encontram completamente sozinhos, as vezes por razões incompreensíveis.

As percepções da visita realizada no dia seguinte, foram completamente diferentes. Esta permitiu, tal como foi explicado no Relatório de Actividades, ter maior interacção com a pessoa e, conseqüentemente, conhecê-la melhor e perceber os seus pontos de vista em relação a vários assuntos.

Este tipo de interacção tornou possível desenvolver o meu sentido crítico, repensar a forma como eu encaro tudo o que acontece a minha volta e dar mais valor aos pequenos pormenores que, apesar de passarem despercebidos por causa do ritmo apressado, realmente importam.

2.3 Caminhada pela Freguesia das Avenidas Novas

Apesar de já ter participado em vários eventos, este foi o primeiro que me marcou. A diferença foi notada praticamente de imediato. As pessoas, apesar da diferença de personalidades, eram mais abertas a comunicação, o que, como foi descrito no Relatório de Actividades, permitiu uma troca e partilha de experiências de vida. O ouvir os seus relatos dos momentos de alegria e de tristeza, fez-me pensar nos meus objectivos e planos que tenho para a vida e também questionar-me a mim mesma o que quero ter para contar quando estiver numa idade já avançada.

Outra lição que retirei da caminhada é a capacidade de ultrapassar os obstáculos que aparecem nas nossas vidas. Houve uns participantes que sentiram certa dificuldade em acompanhar o resto, porém não desistiram e conseguiram acabar a caminhada.

Relativamente ao nível menos pessoal, posso afirmar que ao longo da realização da actividade senti muita responsabilidade, dado que alguns dos participantes por vezes ficavam mais atrás e foi necessário prestar mais atenção nas situações em que estávamos a atravessar a passeadeira, por exemplo.

3 COMPETÊNCIAS DESENVOLVIDAS

3.1 Gestão do tempo

Quais relatórios?

A competência de gestão de tempo que foi desenvolvida ao longo da actividade difere bastante das descritas nos relatórios anteriores. Neste caso, para além de ser necessário sincronizar várias actividades com a rotina do dia-a-dia, ainda foi necessário arranjar tempo para o estudo, pois encontrava-me em plena época de exames.

De modo a conseguir realizar todos os deveres, tornou-se imperativo estabelecer prioridades. Antes de tudo, imediatamente a seguir a elaboração do plano de actividades que continha a descrição das horas a dispensar, foi necessário estipular um horário para o estudo que também devia ter em conta as deslocações diárias até Lisboa.

Eu compreendo que em todas as fases da minha vida, estarão presentes situações em que a importância do cumprimento dos prazos e o saber gerir a quantidade de trabalho disponível, serão crucial para o meu sucesso. Contudo, com esta experiência, posso afirmar que a magnitude do impacto sentido deixou a sua marca e tudo o que aprendi será aplicado no futuro.

3.2 A comunicação

Desde os tempos mais antigos, a comunicação constituía uma importância vital, sendo uma ferramenta de integração e desenvolvimento. A comunicação verbal é uma das mais importantes na nossa sociedade, pois sem o domínio certo da mesma, não seria possível alcançar o que alcançamos como seres humanos.

Tanto no decorrer das actividades, como na minha estadia na Fundação, tal como se encontra especificado no Relatório de Actividades, interagi com pessoas com áreas de

especialização, faixas etárias, personalidades e interesses diferentes. Por exemplo, na sessão de sensibilização em **tablets** houve participantes já com uma certa idade e, como era de esperar, foi necessário encontrar a abordagem certa e pontos de interesse em comum de modo a conseguir ganhar a sua confiança e responder às suas dúvidas.

Na minha opinião, esta experiência foi muito enriquecedora, pois ao longo de toda a minha vida irei encontrar pessoas e situações diferentes em que terei como objectivo conseguir explicar a minha ideia ou o meu ponto de vista. Nesses casos, a capacidade de encontrar a abordagem certa, será crucial.

4 CONCLUSÃO

A minha estadia na Fundação São João de Deus foi, antes de mais, um passo muito importante no meu crescimento pessoal e desenvolvimento como ser humano.

Ao desenvolver três actividades distintas, em que cada actividade se enquadrava num objectivo diferente, melhorei **baste** as minhas capacidades de comunicação, a forma de encontrar a abordagem certa para pessoas diferentes de modo a conseguir explicar o meu ponto de vista ou, no caso da actividade que envolvia **tablets**, esclarecer as dúvidas que iam surgindo.

O facto de estar constantemente rodeada por pessoas com idades, áreas de especialização e experiências de vida diferentes, fez-me ter uma nova perspectiva da vida e de como os pontos de vista variavam de acordo com as vivências de cada um. Outro aspecto importante foi a descoberta de nova realidade que está presente na nossa sociedade, porém nem todos têm a percepção da mesma.

Em suma, posso afirmar que todas as vivências e sensações me permitiram evoluir pessoalmente, expandir os meus horizontes e desenvolver o meu espírito crítico. Toda a experiência em si, apesar do pouco tempo, foi muito positiva e, de certeza, fará de mim melhor pessoa, estudante e futura profissional.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer a todos os representantes da Fundação São João de Deus, mais especificamente a Sandra Silva por ter aceite a minha

candidatura e a Patrícia Morais por me ter acompanhado ao longo da minha estadia na Fundação. Também gostaria de agradecer ao Professor Rui Santos Cruz por proporcionar oportunidades de aprendizagem, crescimento ao nível pessoal, desenvolvimento de competências comportamentais e de capacidades de expressão escrita e oral como esta.

Iryna Shvydyuk Sou aluna do primeiro ano de Mestrado em Engenharia Informática e de Computadores no Instituto Superior Técnico. As minhas áreas de especialização são Engenharia de Software, como *major*, e Sistemas de Informação Empresariais, como *minor*. O que me motivou a tomar esta decisão foi principalmente o facto de querer conhecer outra vertente de Informática. Todos nós sabemos que uma área como esta é um mundo e, na minha opinião, não nos devemos focar apenas num dos seus tópicos, mas sim adquirir novas aprendizagens e desenvolver, sempre que possível, um sentido crítico.

Apesar do preconceito predominante nas pessoas, nós temos outros interesses. Eu pessoalmente gosto muito de passear com os amigos, de conhecer sítios e pessoas novas, de literatura, de desporto, de música, de cinema, etc... O mundo está repleto de novas vivências e acho que não vale a pena desperdiçá-las.

APÊNDICE

COMPROVATIVO DE EXECUÇÃO



FUNDAÇÃO
S. JOÃO DE DEUS

Irmãos, fazei o bem a vós mesmos, dando aos pobres

Declaração

Para os devidos efeitos, declara-se que **Iryna Shvydyuk** realizou 10 horas de voluntariado, colaborando nos projectos sociais da Fundação São João de Deus, no âmbito das actividades de Portfólios, dinamizadas em parceria com o Insituto Superior Técnico.

Lisboa, 20 de Janeiro de 2015


SIGN HERE

O Presidente do Conselho de Administração da Fundação São João de Deus

