

PERFIL INSTITUCIONAL

1. Contextualização

A crescente incidência de problemas relacionados à saúde mental, somada à carência de serviços especializados acessíveis à população, tem levantado a necessidade de iniciativas que promovam o bem-estar psicológico de forma integrada. Além disso, observa-se um aumento na demanda por orientação vocacional e intervenções no contexto organizacional que considerem o indivíduo em sua totalidade. É nesse cenário que surge a **Life Plus: Por uma Saúde Mental Equilibrada**, uma organização que actua de forma multidisciplinar para oferecer suporte em três frentes principais: saúde mental, orientação e reorientação profissional (psicologia vocacional) e psicologia aplicada ao contexto organizacional.

A Life Plus teve origem em Dezembro de 2022 como um grupo formado por estudantes do curso de Licenciatura em Psicologia Social e das Organizações da Universidade Rovuma – Campus de Napipine. Impulsionados pelo desejo de contribuir com soluções práticas para os desafios enfrentados no campo da saúde mental, esses estudantes reuniram esforços para criar um espaço de apoio psicossocial gratuito, acessível e comprometido com a transformação social.

As primeiras acções do grupo incluíram atendimentos presenciais e virtuais, palestras educativas sobre saúde mental e rodas de conversa realizadas em grupo, com foco na escuta empática, no fortalecimento emocional e na criação de um ambiente seguro para partilhas. Essas actividades foram inteiramente voluntárias, pautadas pelo princípio da solidariedade e pelo compromisso com a inclusão.

A coordenação das actividades sempre ocorreu de forma colectiva, refletindo os valores de colaboração e corresponsabilidade que norteiam a actuação do grupo. Cada membro assumiu funções específicas conforme suas competências e disponibilidades, garantindo uma gestão dinâmica, horizontal e participativa das iniciativas promovidas.

Desde sua formação, a Life Plus tem crescido de forma orgânica e coerente com sua missão inicial, mantendo o foco em oferecer apoio psicológico acessível e relevante, promovendo o desenvolvimento pessoal.

2. Visão, Missão e Valores

Visão:

Ser referência nacional na promoção da saúde mental e no desenvolvimento pessoal e organizacional, contribuindo para uma sociedade mais equilibrada, ética e produtiva.

Missão:

Oferecer serviços psicológicos integrados e acessíveis que promovam o bem-estar emocional, a realização profissional e ambientes de trabalho saudáveis.

Valores:

Ética profissional, Empatia e escuta ativa, Inclusão e acessibilidade, Compromisso com resultados, Inovação e interdisciplinaridade.

3. Objectivos

Objectivo Geral:

- Promover a saúde psicológica e o desenvolvimento pessoal e profissional, através de acções integradas nas áreas de psicologia social e clínica, vocacional e organizacional.

Objectivos Específicos:

- Realizar atendimentos psicológicos individuais e em grupo;
- Conduzir processos de orientação e reorientação profissional;
- Desenvolver intervenções voltadas ao bem-estar nas organizações;
- Promover actividades psicoeducativas em escolas, empresas e comunidades;
- Formar parcerias com instituições públicas e privadas;
- Produzir e divulgar materiais informativos e educativos sobre saúde mental e carreira.

4. Público-Alvo

- Comunidade em geral com demandas relacionadas à saúde mental;
- Estudantes em fase de escolha ou reavaliação vocacional;
- Profissionais em transição de carreira;
- Organizações públicas, privadas e do terceiro setor.

5. Descrição das Actividades

- Psicoterapia individual e grupal;
- Oficinas temáticas (autoestima, gestão emocional, comunicação assertiva);
- Sessões de orientação profissional/vocacional com uso de testes psicológicos;
- Workshops para desenvolvimento de carreira;
- Diagnóstico organizacional e intervenção em clima laboral;
- Campanhas de sensibilização sobre saúde mental;
- Elaboração de materiais psicoeducativos;
- Atendimento psicológico em contexto comunitário, organizacional e humanitário.

6. Resultados Esperados

- Redução dos indicadores de sofrimento psíquico entre os beneficiários;
- Maior clareza nas escolhas profissionais entre jovens e adultos;
- Melhoria do clima e das relações interpessoais nas organizações atendidas;
- Aumento da consciência coletiva sobre a importância da saúde mental;
- Maior empregabilidade e satisfação profissional.

7. Perfil dos Promotores

A Life Plus é constituída por uma equipa de psicólogos qualificados, com experiência nas áreas clínica, social e organizacional. Todos os profissionais estão comprometidos com a prática baseada em evidências, atuando de forma ética, humanizada e interdisciplinar. Os promotores têm experiência em intervenções comunitárias, orientação profissional e consultoria organizacional, e são movidos por uma visão de transformação social ancorada no cuidado integral ao ser humano.

Projecto Especial: Integra+

Descrição Geral

Integra+ é um programa estratégico da Life Plus que oferece uma abordagem integrada e especializada em três eixos centrais:

1. **Saúde Mental**
2. **Orientação e Reorientação Profissional (Psicologia Vocacional)**
3. **Psicologia Aplicada ao Contexto Organizacional**

