



ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS

PARECER OPP

## *Programa Demografia, Qualificações e Inclusão*

**Parecer OPP – Programa Demografia, Qualificações e Inclusão**, publicado pela Ordem dos Psicólogos Portugueses.

A informação que consta deste documento, elaborado em Agosto de 2022, e na qual ele se baseia, foi obtida a partir de fontes que os autores consideram fiáveis. Esta publicação ou partes dela podem ser reproduzidas, copiadas ou transmitidas com fins não comerciais, desde que o trabalho seja adequadamente citado, conforme indicado abaixo.

**Sugestão de citação:** Ordem dos Psicólogos Portugueses (2022). Parecer OPP – Programa Demografia, Qualificações e Inclusão. Lisboa: Ordem dos Psicólogos Portugueses.

**Para mais esclarecimentos contacte Ciência e Prática Psicológicas:**  
[andresa.oliveira@ordemdospsicologos.pt](mailto:andresa.oliveira@ordemdospsicologos.pt).

Ordem dos Psicólogos Portugueses Av. Fontes Pereira de Melo 19 D 1050-116 Lisboa T: +351 213 400 250  
Tlm: +351 962 703 815 [www.ordemdospsicologos.pt](http://www.ordemdospsicologos.pt).

## Parecer OPP

### Programa Demografia, Qualificações e Inclusão

#### Recomendações para a Acção

- Considerar os **contributos específicos dos Psicólogos e Psicólogas** nas respostas aos desafios identificados no Programa Demografia, Qualificações e Inclusão (PDQI), nomeadamente, a pobreza, as desigualdades sociais e o envelhecimento populacional.

O presente documento surge na sequência da colocação em consulta pública da proposta do Programa Demografia, Qualificações e Inclusão (PDQI) – documento que estabelece as prioridades para o investimento europeu e nacional nas pessoas, durante o próximo período de programação 2021-2027.

No quadro do objectivo estratégico *Uma Europa mais social e inclusiva, mediante a aplicação do Pilar Europeu dos Direitos Sociais* (PEDS), o Programa Demografia, Qualificações e Inclusão (PDQI) visa contribuir para as metas europeias definidas no plano de acção do PEDS, designadamente, a) aumentar para 78% a taxa de emprego da população entre os 20 e os 64 anos; b) assegurar que pelo menos 60% dos adultos participam anualmente em acções de educação e formação; c) reduzir o número de pessoas em situação de pobreza ou exclusão social (em, pelo menos, 15 milhões até 2030) e d) responder aos desafios identificados nas recomendações específicas dirigidas a Portugal. Para tal, é proposta uma **abordagem transversal ao desafio demográfico**, que percorre diferentes políticas públicas, actuando em três dimensões fundamentais: aumento da natalidade; promoção de políticas migratórias e integração de migrantes e atenuação dos riscos de emigração por dificuldades de retenção do talento, abrangendo em regra os quadros mais jovens e qualificados; e resposta aos desafios do envelhecimento.

A Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) congratula-se com esta iniciativa e com a globalidade das medidas propostas, que julgamos poderem colaborar na resposta aos persistentes constrangimentos no plano demográfico (e.g., pobreza, desigualdades, exclusão social e envelhecimento populacional), que afectam, em particular, os grupos populacionais mais vulneráveis, em prol da construção de uma sociedade mais justa, igualitária e inclusiva.

Assim, sugerimos a consideração, no âmbito das **prioridades do Programa**, de um conjunto de acções que os Psicólogos e Psicólogas podem levar a cabo – **acções específicas, alicerçadas na evidência emergente da Ciência Psicológica**, das quais constituem alguns exemplos:

#### 1. *Mais e melhor emprego e conciliação da vida profissional e pessoal*

- Contribuir para a melhoria do acesso ao emprego e a medidas de activação para todos os/as candidatos/as a emprego, em particular, nas estruturas locais de apoio ao emprego e à formação profissional, apoiando, no contexto de um acompanhamento próximo e

individualizado, a avaliação das necessidades, escolhas, interesses, expectativas e potencialidades, bem como o **desenvolvimento de estratégias facilitadoras da (re)inserção na vida activa** (nomeadamente, junto de grupos desfavorecidos), bem como de **competências promotoras da empregabilidade** e da estabilização do emprego.

- Contribuir para a **garantia da inclusão, a igualdade e a diversidade no mercado de trabalho e locais de trabalho**, nomeadamente:

a) Colaborando no **desenho e implementação de práticas justas de recrutamento, de avaliação de desempenho** (por exemplo, apoiando gestores e líderes na desconstrução de estereótipos de género que afectam a visão das mulheres enquanto trabalhadoras, bem como de políticas de **igualdade salarial e de tratamento** (por exemplo, promovendo acções de sensibilização, colaborando na criação de códigos de conduta ou na implementação de políticas de tolerância zero relativamente a comportamentos discriminatórios).

b) Apoiando medidas de **conciliação entre vida pessoal e profissional** (por exemplo, implementando acções e estratégias de promoção da Saúde Psicológica e bem-estar nos locais de trabalho, proporcionando formação sobre estratégias de gestão de tempo ou facilitando as condições para a adaptação a modelos híbridos de trabalho).

## **2. Mais e melhor qualificação inicial para crescer**

- Promover a educação e formação inclusivas e de qualidade, nomeadamente, apoiando a **flexibilização e personalização dos percursos formativos** e a **reflexão e criação de novos quadros de referência e ambientes formativos** (que permitam adaptar referenciais e práticas com vista ao aumento das taxas de participação), bem como a elaboração de referenciais de monitorização e caracterização dos efeitos directos das acções realizadas, nomeadamente, considerando indicadores relacionados com a Saúde Psicológica, bem-estar e satisfação com a vida.

## **3. Mais e melhor (re)qualificação de adultos para crescer**

- Promover o **desenvolvimento pessoal enquanto elemento-chave do sucesso educativo e do desenvolvimento profissional**, através do **desenvolvimento de competências transversais (soft skills)**, facilitadoras da **aprendizagem ao longo da vida**, com vista à promoção do desenvolvimento de estratégias de *coping*, gestão emocional, auto-controlo e empatia, favoráveis a uma melhor adaptação às transições e crises nos diferentes contextos de vida (e. g. família, escola, trabalho), e ao desenvolvimento da autonomia e da criatividade, da capacidade tomada de decisão e de resolução de problemas.
- Conceber, implementar, monitorizar e avaliar acções de promoção destas competências, nomeadamente, de **competências socioemocionais**, de **resiliência e gestão emocional** (cujo papel reforço da motivação dos/as adultos/as para aprender é crítico para a participação na educação e formação).

A este respeito, sugerimos ainda a consulta do nosso Contributo Científico [a propósito do Programa Operacional do Capital Humano \(POCH\)](#).

#### **4. Mais e melhor inclusão de pessoas em risco ou em situação de exclusão social**

- Implementar acções que promovam a **literacia para a igualdade, para a inclusão e para a não discriminação na comunidade** e previnam o impacto da discriminação e estigma na Saúde Psicológica e bem-estar de pessoas em risco ou em situação de exclusão social (por exemplo, promovendo iniciativas e acções que aumentem a participação social das mulheres e de minorias). A este propósito, sugerimos a consulta do nosso Contributo Científico para os [Planos de Acção da Estratégia Nacional para a Igualdade e a Não Discriminação 2018-2030 – Portugal + Igual \(ENIND\)](#), iniciativas com as quais os objectivos do Programa Demografia, Qualificações e Inclusão (PDQI) estão alinhados.
- Colaborar na definição e implementação de **planos de melhoria a definir pelas escolas dos agrupamentos ou escolas não agrupadas integrantes dos TEIP4**, nomeadamente, nas dimensões de promoção da Saúde Psicológica e bem-estar, do sucesso escolar e qualidade das aprendizagens, da prevenção do abandono, absentismo, indisciplina e retenção, da transição da escola para a vida activa e da promoção do papel da escola como agente central na vida das comunidades, conforme detalhado no nosso [Parecer a propósito da criação do Programa Territórios Educativos de Intervenção Prioritária de quarta geração \(ProgramaTEIP4\)](#).
- Colaborar no desenho e implementação de políticas e práticas no âmbito da **promoção do envelhecimento saudável activo** e da prevenção e intervenção em problemáticas associadas ao envelhecimento, conforme detalhado no documento [A Importância da Intervenção Psicológica e o Papel dos Psicólogos nas Respostas Sociais aos Cidadãos Seniores](#).
- Potenciar a aplicação do conhecimento procedente da Psicologia à construção de **políticas públicas e de respostas integradas no âmbito do combate à pobreza**. A este propósito, sugerimos a consulta do Contributo Científico [Ponto Final à Pobreza: O papel da Ciência Psicológica e dos Psicólogos e Psicólogas](#). Lançámos ainda, recentemente, o projecto [.Final à Pobreza](#), através do qual pretendemos envolver todos/as os/as profissionais na Psicologia na definição de um plano de acção, alicerçado em quatro dimensões estratégicas: Profissão, Sociedade Civil, Decisoras e Decisores e Cooperação Nacional e Internacional, reunindo neste portal as suas propostas e contributos.

#### **5. Combater a privação material**

- Promover **mudanças comportamentais e emocionais necessárias à adopção de comportamentos financeiros funcionais e adequados**, nomeadamente competências de tomada de decisão e planeamento ou competências de autorregulação e autonomia para um consumo responsável e para a construção de poupanças, que permitam prevenir situações de risco e lidar com mudanças nas condições de vida.

- Apoiar a formação de profissionais que intervenham na área da **Educação Financeira**, proporcionando-lhes conhecimento e estratégias para ajudar os indivíduos a gerir as suas escolhas financeiras de modo adaptativo.
- Apoiar o **desenho e implementação de políticas públicas destinadas ao combate à privação material**, que permitam minorar os efeitos da privação material na Saúde Psicológica e bem-estar, bem como gerir o impacto de medidas de combate à privação material nas percepções de valor e auto-eficácia (por exemplo, agravando o problema da *mentalidade de escassez*<sup>1</sup>).

Creemos que a **melhoria das condições de vida individuais e das comunidades, a garantia do acesso à educação e à saúde, combater a iniquidade e a exclusão social e promover a igualdade de oportunidades de todas as pessoas** (em particular, das que partem de uma posição de desigualdade e discriminação) são objectivos premente do país e da sociedade e que, tendo em conta os seus conhecimentos especializados e experiência, bem como os seus valores e compromisso para com a justiça social, a Saúde Psicológica, o bem-estar e a qualidade de vida, estas tarefas são abrangidas, por excelência, pelo domínio de actuação dos profissionais da Psicologia.

Considerando que as respostas aos mencionados desafios são indissociáveis da acção dos Psicólogos e Psicólogas, nos seus diversos contextos de actuação, julgamos poder contribuir, de forma transversal, para os objectivos traçados no Programa Demografia, Qualificações e Inclusão, pelo que reforçamos a nossa disponibilidade para colaborar activamente para as metas do Programa Demografia, Qualificações e Inclusão (PDQI), contribuindo com a partilha de conhecimentos e práticas, com vista à construção de uma sociedade mais justa, igualitária e inclusiva.

---

<sup>1</sup> De acordo com a teoria da mentalidade de escassez, a percepção de privação material diminui a capacidade de pensar e analisar adequadamente, limitando a tomada de decisão e, assim, dificultando acções que possam facilitar a saída de uma situação de privação (Shafir & Mullainathan, 2013; Daminger, Hayes, Barrows & Wright, 2015).

### Recursos Bibliográficos

Daminger, A., Hayes, J., Barrows, A., Wright, J. (2015). Poverty Interrupted – Applying Behavioral Science to the Contexto f Chronic Scarcity. Ideas 42.

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020). *A Importância da Intervenção Psicológica e o Papel dos Psicólogos nas Respostas Sociais aos Cidadãos Seniores*. Lisboa.

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2021). *Contributo Científico OPP - Avaliação do contributo do Portugal 2020 para o aumento da qualificação e empregabilidade dos adultos para o POCH*. Lisboa.

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2022). *Parecer OPP – Criação do Programa Territórios Educativos de Intervenção Prioritária de quarta geração (ProgramaTEIP4)*. Lisboa.

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2022). *Contributo Científico OPP - Planos de Acção da Estratégia Nacional para a Igualdade e a Não Discriminação 2018-2030 – Portugal + Igual (ENIND)*. Lisboa.

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2022). *Ponto Final à Pobreza — O Papel da Ciência Psicológica, dos Psicólogos e Psicólogas*. Lisboa.

Shafir, E. & Mullainathan, S. (2013). *Scarcity: Why having so little means so much*. EUA: Penguin Press.



ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS

[www.ordemdospsicologos.pt](http://www.ordemdospsicologos.pt)  
[www.recursos.ordemdospsicologos.pt/repositorio](http://www.recursos.ordemdospsicologos.pt/repositorio)  
[www.eusinto.me](http://www.eusinto.me)