# Conjunto de instrumentos Youth4Foresight

# JANEIRO DE 2024

6

# Reflexão e tomada de medidas

**Objetivo**: refletir e recolher ensinamentos retirados da viagem de prospetiva e traduzir esses ensinamentos no futuro trabalho consultivo para a juventude.

**Tempo necessário**: 90-110 minutos

**Participantes**: cada participante, individualmente, por cada comité temático ou enquanto estrutura consultiva para a juventude no seu todo, pode aplicar este instrumento.

**Nível de dificuldade:** médio

**O que sucede antes**: este é o instrumento final do conjunto de instrumentos! Deve reunir os ensinamentos de qualquer seleção de instrumentos que tenha utilizado anteriormente. Mesmo que não seja recomendado, pode ajudar a estruturar as reflexões se for utilizado um único instrumento.

**O que se segue**: este instrumento deve ajudá-lo a aplicar o que aprendeu ao seu próprio contexto e a decidir como pretende utilizar a prospetiva no futuro.

**Vídeos**: [Introdução à prospetiva](https://www.youtube.com/watch?v=MZbez2NVmP8&feature=youtu.be), [vídeo «Reflexão e tomada de medidas»](https://www.youtube.com/watch?v=rGEK2-acPRY).

**Dimensão dos grupos**: três a cinco pessoas.

**Facilitação**: o exercício pode ser facilitado por um ponto focal para a juventude e/ou por peritos/assistentes técnicos (neste caso, as partes «Porquê utilizar este instrumento?» e «Instruções» podem ser previamente partilhadas com os participantes), podendo os grupos autofacilitá-lo se tiverem lido este documento. O ponto focal para a juventude pode igualmente decidir convidar os membros das estruturas consultivas para a juventude a refletirem individualmente e preencherem um questionário.

# Porquê utilizar este instrumento?

Parabéns, chegou ao final da viagem de prospetiva! Chegou o momento de refletir e tomar medidas. Este instrumento partirá dos ensinamentos de cada um dos instrumentos anteriores e explorará a forma como os membros da estrutura consultiva para a juventude os podem traduzir nas próximas etapas. Para o efeito, utilizaremos a reflexão dos 5R.

A reflexão dos 5R ajuda todos a identificar e a apreciar as lições e competências críticas adquiridas durante a viagem de prospetiva. O método dos 5R visa igualmente desenvolver uma perspetiva pragmática sobre a aprendizagem e a prática de instrumentos de prospetiva para o trabalho da estrutura consultiva para a juventude. Baseia-se no trabalho de Bain, Ballantyne, Mills e Lester (2002, p. 13)[[1]](#footnote-1) e foi adaptado às especificidades de uma viagem de prospetiva. Estes são os 5R (em inglês) com uma reviravolta:

* relatar (*reporting*)
* responder (*responding*)
* relacionar (*relating*)
* reimaginar (a reviravolta) (*reimagining*)
* reconstruir (*reconstructing*)

# Instruções

**Etapa 1: relatar (15 minutos)**

A fase «Relatar» reflete as ideias e os temas principais que se destacaram durante a viagem de prospetiva. As seguintes perguntas podem ajudar a estruturar uma reflexão útil nesta etapa (individualmente e em grupo):

* Quais as observações críticas e os ensinamentos que retiraste sobre a prática de prospetiva e a reflexão sobre futuros?
* Que domínios e temas críticos se destacaram para ti nesta viagem de aprendizagem (ou sessão)?
* Quais são as tuas principais conclusões ou pontos de vista?

**Etapa 2: responder (15 minutos)**

A fase «Responder» centra-se na identificação de respostas profundas e intrínsecas à viagem de aprendizagem (ou sessão). As respostas não devem limitar-se ao plano intelectual, devendo antes ser holísticas, por exemplo, respostas emocionais, psicológicas e físicas à aprendizagem. Podem ser utilizadas as seguintes perguntas (individualmente e em grupo):

* Como te sentes após a viagem de prospetiva?
* O que pensas sobre o que aprendeste?
* O que gostaste ou consideraste interessante sobre o que aprendeste?

**Etapa 3: relacionar (20 minutos)**

A fase «Relacionar» destina-se a contextualizar a viagem de prospetiva. Os participantes associam estes ensinamentos às realidades práticas, reconhecendo como aplicar a prospetiva no seu trabalho e nas suas vidas. «Relacionar» é sinónimo de «dar sentido». As perguntas úteis para a fase «Relacionar» incluem (individualmente e em grupo):

* De que forma o que aprendi se aplica ao meu domínio de interesse?
* Em relação ao que aprendi durante a viagem, o que aconteceu no meu domínio de interesse no passado e de que forma se relaciona com o presente e o futuro?
* O que podemos começar a fazer hoje para tornar o nosso futuro preferido num futuro mais provável?
* Por que razão a prospetiva é útil para uma estrutura consultiva para a juventude?

**Etapa 4: reimaginar (a reviravolta) (20 minutos)**

Refletir através da reimaginação é a reviravolta nos 5R do quadro de reflexão. Reimaginar o futuro implica aplicar o que se aprendeu para repensar o que é possível agora, com as suas competências alargadas e capacidades acrescidas.

Uma forma criativa de fazer esta reflexão consiste em descrever o futuro através de uma pintura, de um desenho ou de uma peça de música. Seja criativo! As seguintes perguntas ajudarão a orientar esta reflexão:

* Como começaste a repensar e a redefinir o futuro após esta viagem de aprendizagem?
* Como podes traduzir ideias sobre o futuro em recomendações políticas úteis?
* Que formas específicas podes utilizar para apresentar as tuas ideias aos decisores políticos no futuro?

**Etapa 5: reconstruir (30-40 minutos)**

A reflexão através da reconstrução diz respeito às ações pragmáticas que podem agora ser tomadas para moldar um futuro melhor. Este é o ponto mais crítico de todos os pontos de reflexão, uma vez que permite a todos não só sonhar e imaginar o futuro, mas também reconhecer a nossa responsabilidade pessoal para o criar através das nossas medidas, ações e participação pragmáticas.

Esta etapa reforça a ideia de que o futuro não é fruto do acaso ou das circunstâncias; é o resultado inevitável das ações que tomamos hoje, que se orientam pelas nossas lições do passado. Eis algumas ideias que podem servir de base para esta reflexão:

* Realizar um projeto simples sobre a estrutura consultiva para a juventude que incorpore os ensinamentos desta viagem.
* Apresentar um projeto aos teus colegas da estrutura consultiva para a juventude ou à delegação da UE e explicar-lhes como utilizaste a reflexão sobre futuros e a prospetiva para refletir sobre o futuro.
* Utilizar os ensinamentos retirados ao longo de todo o teu mandato como membro da estrutura consultiva para a juventude.

Dedica algum tempo (10 minutos) a escrever individualmente como pensas poder aplicar na prática o que aprendeste e como podes materializar os teus pontos de vista em medidas, recomendações ou iniciativas específicas.

Em seguida, partilha-o com o grupo e decide quais destas medidas gostarias de aplicar ou propor. (20‑30 minutos)

# Configuração dos instrumentos finais

Este instrumento não dá instruções rigorosas sobre a forma exata de aplicar o instrumento. A reflexão pode ser feita individualmente ou em grupo, com o apoio dos pontos focais para a juventude e/ou de peritos/assistentes técnicos no final da viagem de prospetiva. Pode realizá-lo como seminário ou mesmo como questionário: cabe-lhe a si decidir o que seria mais útil!

Por conseguinte, a primeira etapa deste instrumento consiste em decidir como pretende aplicá-lo com o seu grupo. Eis algumas opções com pormenores sobre a forma de as preparar:

**Para um seminário presencial:**

* Seria recomendável dividir os participantes em grupos (de três a cinco pessoas) e dar-lhes 15 minutos para debater e tomar notas em torno de cada etapa do quadro.
* Obtenha um grande pedaço de papel do *flipchart*, canetas e notas de *post-it* para os ajudar a tomar notas dos seus debates ou utilize o modelo para impressão disponível [aqui](https://capacity4dev.europa.eu/library/template-reflecting-and-taking-action_en?listing=group_library&refgid=250063).
* Esta sessão será ainda mais rica se as perguntas forem enviadas aos participantes e lhes for pedido que reflitam previamente sobre as mesmas.
* Termine com uma reflexão de todo o grupo na qual solicita a cada grupo que partilhe as próximas etapas e compromissos em que gostariam de atuar como grupo.

**Para um seminário virtual:**

* Seria recomendável dividir os participantes em grupos (de três a cinco pessoas) e dar-lhes 15 minutos para debater e tomar notas em torno de cada etapa do quadro.
* Se desejar que os participantes tomem notas durante o seu debate, pode copiar o modelo da Miro disponível [aqui](https://miro.com/app/board/uXjVM3Wk9pg=/?moveToWidget=3458764564905506512&cot=14) para apoiar a conversa.
* Termine com uma reflexão de todo o grupo na qual solicita a cada grupo que partilhe as próximas etapas e compromissos em que gostariam de atuar como grupo.

**Como questionário:**

* Os participantes podem receber uma versão impressa ou digital das perguntas acima referidas para apresentarem ou refletirem individualmente.
* Convidamo-lo a solicitar aos participantes que enviem o questionário, uma vez que a reflexão é muito mais difícil se não houver a obrigação de prestar contas.
* Pode querer partilhar um resumo anónimo das respostas junto dos jovens participantes, para ilustrar o que o grupo no seu conjunto aprendeu com o processo e o que consideram ser as próximas etapas. Mais à frente poderá realizar-se um debate de seguimento.

# Tempo sugerido para os exercícios

| Tenha em conta que pode prolongar os tempos para se adaptarem ao seu grupo, mas tente sempre manter a duração da sessão inferior a três horas. | |
| --- | --- |
| **Etapa 1**: relatar (*reporting*) | 15 minutos |
| **Etapa 2**: responder (*responding*) | 15 minutos |
| **Etapa 3**: relacionar (*relating*) | 20 minutos |
| **Etapa 4**: reimaginar (a reviravolta) (*reimagining*) | 20 minutos |
| **Etapa 5**: reconstruir (*reconstructing*) | 30-40 minutos |

# Conclusão

Parabéns! Concluiu a sua viagem de prospetiva inicial. Esperamos tê-lo inspirado a aprender mais sobre a prospetiva e a ajudar outros a passar pela mesma experiência, a nível das delegações da UE, ao nível da sua organização ou rede e ao nível da sua comunidade. Lembre-se de que este é apenas o início de uma viagem sem fim que nos ajuda a compreender melhor o nosso presente e a navegar nos futuros, para que possamos cocriar um amanhã melhor para todos!

Agradecemos a sua participação neste conjunto de instrumentos. Pedimos que partilhe as suas experiências com o Polo de Prospetiva da INTPA ([INTPA-PA01-FORESIGHT@ec.europa.eu](mailto:INTPA-PA01-FORESIGHT@ec.europa.eu)), uma vez que continuamos a aperfeiçoar e a melhorar o conjunto de instrumentos para futuras estruturas consultivas para a juventude.

# Recursos adicionais

Um guia para os 5R da reflexão: <https://www.caresearch.com.au/Portals/20/Documents/r_p_fs.pdf>

* Bain, Ballantyne, Mills e Lester (2002, p. 13) <https://www.researchgate.net/figure/The-5Rs-framework-with-criteria-for-each-level-Bain-Ballantyne-Mills-Lester-2002_tbl1_338308246>
* Os 5R da reflexão <https://www.youtube.com/watch?v=7XDhaydhxCM>
* Os 5R da reflexão na faculdade de gestão da Universidade de Sydney

<https://youtu.be/scibb0kd4jw?si=kZ5bR0GPKq_IpD48>

1. Bain, Ballantyne, Mills e Lester (2002, p. 13) <https://www.researchgate.net/figure/The-5Rs-framework-with-criteria-for-each-level-Bain-Ballantyne-Mills-Lester-2002_tbl1_338308246> (sob a licença CC BY-SA 4.0). [↑](#footnote-ref-1)