

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

Ação de Formação: Strength based learning

1. ÁREA DE FORMAÇÃO | TRAINING AREA

PT

Formação Ensino Superior

EN

Higher Education Training

2. ORGANIZAÇÃO DA FORMAÇÃO | ORGANIZATION OF TRAINING

Escola Superior de Saúde Norte da Cruz Vermelha Portuguesa (4Learning)

3. FORMADOR/A (ES/AS) | TRAINER

Ulla-Maija Törmälä

4. LOCAL DE REALIZAÇÃO | PLACE

Online

5. FUNDAMENTAÇÃO | RATIONALE

PT

A educação e a aprendizagem baseadas nos pontos fortes são uma abordagem centrada no aluno que ajuda os alunos a identificar, articular e aplicar as suas competências individuais relevantes às suas necessidades de aprendizagem. Com base na investigação, uma abordagem baseada nos pontos fortes pode ajudar a aumentar a confiança dos alunos, encorajar comportamentos eficazes e apoiar a aprendizagem ao longo da vida. A ideia principal é encontrar os pontos fortes individuais, compreender como podem apoiar os indivíduos no desenvolvimento das competências necessárias ao desenvolvimento pessoal e profissional e como continuar a desenvolver os seus pontos fortes enquanto aprendizes ao longo da vida. Esta formação proporcionará oportunidades para o pessoal das IES aprender o que é a aprendizagem baseada na força, quais são os cinco princípios da aprendizagem baseada na força e como podem ser aplicados nas IES. Métodos: online, palestras, prática individual e em pequenos grupos, reflexão da aprendizagem.

EN

Strengths-based education and learning is a learner-centered approach that helps students identify, articulate and apply their individual skills relevant to their learning needs. Based on research a strengths-based approach can help build student confidence, encourage efficacious behaviors, and support life-long learning pursuits. The main idea is to find individual strengths, understand how they can support individuals for developing the competences needed in personal and professional development and how to keep on developing one's strengths as a lifelong learner. This training will provide opportunities for HEI staff to learn what is strength-based learning, what are the five principles of strength based learning and how they could be applied in HEI. Methods: online, keynotes, practicing individually and in small groups, reflection of learning.

6. PÚBLICO-ALVO | TARGET AUDIENCE

PT

Professores, investigadores ou funcionários administrativos do ensino superior, Todas as sessões incluem keynote + prática e reflexão da aprendizagem. O treinamento se concentra em como conectar e aplicar a aprendizagem baseada em forças nas IES.

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

Ação de Formação: Strength based learning

EN

Teachers, researchers or administrative staff of higher education, All sessions include keynote + practicing and reflecting learning. Training is focusing on how to connect and apply strength-based learning in HEI.

7. N° FORMANDAS/OS | N° OF GRADUATES

PT

10-25 participantes

EN

10-25 participants

8. CONDIÇÕES EM CASO DE DESISTÊNCIA | CONDITIONS IN CASE OF WITHDRAWAL

PT

Condição de acesso à certificação (emissão de certificado): participação $\geq$ a 80% das horas “em sala”.

EN

Condition for access to certification (certificate issuance): participation $\geq$ 80% of “in-class” hours.

9. OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM | LEARNING OBJECTIVES

PT

No final da formação o participante é capaz de: descrever processos e métodos de identificação de pontos fortes que envolvem o reconhecimento e reconhecimento de preferências, capacidades e paixões; analisar processos de aplicação de pontos fortes com os professores, incentivando os alunos a tomar consciência de como usar os seus pontos fortes para alcançar e realizar as competências que necessitam/desejam e superar desafios; adaptar alguns dos processos para desenvolver ainda mais pontos fortes para permitir que os alunos melhorem competências conhecidas.

EN

By the end of the training the participant is able to: describe processes and methods for identifying strengths involving the recognition and acknowledgment of preferences, abilities and passions; analyze processes for applying strengths with teachers encouraging students to become aware of how to use their strengths to achieve and accomplish skills they need/ want and overcome challenges; adapt some of the processes for further developing strengths to enable students to improve known competencies.

10. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS | PROGRAM CONTENT

PT

Conceitos e princípios chave da aprendizagem baseada na força (2h); Compreender (medir) os pontos fortes (2h); Criar oportunidades de aprendizagem individualizadas (2h); Orientação e desenvolvimento de comunidade de aprendizagem de apoio (2h); Proporcionar oportunidades aos alunos para desenvolverem e integrarem novos pontos fortes (2h); Próximos passos como facilitador da aprendizagem baseada na força (2h).

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

Ação de Formação: Strength based learning

Todas as sessões incluem palestra + prática e reflexão do aprendizado no Google Meet + Miro.

EN

Key concepts and principles of strength based learning (2h); Understanding (measuring) the strengths (2h); Creating individualised learning opportunities (2h); Mentoring and developing supportive learning community (2h); Providing opportunities for students to develop and integrate new strengths (2h); Next steps as an enabler of strength based learning (2h). All sessions include keynote + practicing and reflecting learning in Google meet + Miro.

11. ESPAÇOS, EQUIPAMENTOS E RECURSOS TÉCNICO-PEDAGÓGICOS | SPACES, EQUIPMENT AND TECHNICAL-PEDAGOGICAL RESOURCES

PT

Encontro Google + Miro. Câmera e microfone, qualquer conta do Google para entrar no Google Meet, laptop ou computador para usar o Miro (não é necessária conta).

EN

Google meet + Miro. Camera and microphone, Any Google account to sign to Google meet, laptop or computer for using Miro (no account needed).

12. MODALIDADE DE FORMAÇÃO | TRAINING MODE

PT

À distância, síncrono.

EN

From a distance, synchronous.

13. METODOLOGIA(S) DE FORMAÇÃO | TRAINING METHODOLOGY(S)

PT

Pedagogia baseada na força, palestras, exercícios práticos individuais e em pequenos grupos, reflexão em pequenos grupos e individualmente.

EN

Strength based pedagogy, keynotes, practical exercises individually and in small groups, reflection in small groups and individually.

14. DURAÇÃO | DURATION

12h

15. Nº DE SESSÕES | NUMBER OF SESSIONS

PT

6 Sessões de 2h/cada

EN

6 Sessions of 2h/each

16. CRONOGRAMA | SCHEDULE

Dia	Horário
Sessão 1 – 14.04.25	3-5 pm

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

Ação de Formação: Strength based learning

Dia	Horário
Sessão 2 – 16.04.25	3-5 pm
Sessão 3 – 21.04.25	3-5 pm
Sessão 4 – 23.04.25	3-5 pm
Sessão 5 – 28.04.25	3-5 pm
Sessão 6 – 05.05.25	3-5 pm

17. CARGA DE TRABALHO | WORKLOAD

Tempo de contacto “em sala” [h]	12
Tempo de contacto em autonomia [h] itsenäinen	3
Tempo de contacto total [h] yhteen	15
ECTS (1 ECTS = 25 h de tempo de contacto total)	

18. CRITÉRIOS E METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO | EVALUATION CRITERIA AND METHODOLOGY

PT

Participação nas sessões online (80%), participação ativa no exercício e reflexão, reflexão individual de aprendizagem baseada no processo de formação, feedback e avaliação dos pares.

EN

Participating the online sessions (80%), active participation to exercise and reflection, individual learning reflection based on training process, peer feedback and assessment.

19. BIBLIOGRAFIA DE SUPORTE | SUPPORT BIBLIOGRAPHY

Csikszentmihalyi, M. 2008. Flow: The Psychology of Optimal Experience. Paperback.

Kern, M.L., Waters, L.E., Adler, A. & White, M.A. 2013.

A multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework. The Journal of Positive Psychology. Volume 10, 2015 - Issue 3
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2014.936962?src=recsys>

Emerging Directions in the Positive Psychology of Strengths and Virtues. The Journal of Positive Psychology, Volume 14, Issue 1 (2019).
<https://www.tandfonline.com/toc/rpos20/14/1>

Seligman, M. 2004. Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment. Paperback.