

Plano de Desenvolvimento Pessoal Escutista (Candidato a Dirigente)

O Plano de Desenvolvimento Pessoal Escutista consiste num plano de formação pessoal desenhado para assegurar a maturidade pessoal do Candidato a Dirigente.

Objetivos Educativos Finais

Em seguida, encontra a listagem dos objetivos educativos finais do Programa Educativo do Corpo Nacional de Escutas, segundo as áreas de desenvolvimento pessoal.

DESENVOLVIMENTO FÍSICO	FUNDAMENTAÇÃO	EXEMPLOS
<ul style="list-style-type: none"> Desenvolvo pelo menos uma atividade física de forma a manter a agilidade e destreza adequadas à minha idade, capacidade e limitações. 	<ul style="list-style-type: none"> A atividade física é um meio eficaz de promover a saúde quando adaptada ao indivíduo. É importante considerar a idade, resistência, força muscular, atividade profissional. 	<ul style="list-style-type: none"> Pratico algum desporto regularmente (pelo menos três vezes por semana) num clube, ginásio, com amigos, com ou sem apoio profissional. Sou capaz de desempenhar determinado esforço físico sem me sentir muito cansado, de acordo com as minhas características.
<ul style="list-style-type: none"> Conheço e aceito o meu corpo com naturalidade tendo em conta o processo de envelhecimento a que o mesmo está sujeito e de acordo com a minha idade. 	<ul style="list-style-type: none"> É importante para o equilíbrio da pessoa aceitar o seu corpo. O aceitar implica ter consciência do processo de envelhecimento (diferentes fases, principais características). 	<ul style="list-style-type: none"> Não corro riscos desnecessários quando participo nas actividades.
<ul style="list-style-type: none"> Conheço as diferenças fisiológicas do corpo masculino e feminino e adequo o esforço requerido de acordo com a minha idade. 	<ul style="list-style-type: none"> Os homens e mulheres são diferentes fisicamente o que significa que a realização da mesma atividade exige esforço diferente; existem necessidades e atitudes diferentes no quotidiano. 	<ul style="list-style-type: none"> Participo nas atividades propostas informando das minhas capacidades e limitações nas mesmas.
<ul style="list-style-type: none"> Cultivo um estilo de vida saudável e equilibrado (alimentação, atividade física e repouso) adequado à minha idade. 	<ul style="list-style-type: none"> Uma sociedade de hábitos saudáveis é constituída por indivíduos que colaboram na saúde pública de forma ativa. 	<ul style="list-style-type: none"> Faço uma alimentação saudável, rica em vegetais e pobre em gorduras e açúcares e durmo o número de horas suficientes para a minha idade.
<ul style="list-style-type: none"> Aceito a minha aparência física e procuro valorizá-la de acordo com os padrões de saúde e higiene adequados. 	<ul style="list-style-type: none"> Ter cuidado com o aspeto físico não sendo escravo do mesmo. Conhecer os principais riscos para a saúde. 	<ul style="list-style-type: none"> Uso roupa adequada ao momento/tarefa/atividade e ao clima. Cuido da minha saúde oral, etc.
<ul style="list-style-type: none"> Identifico e evito os comportamentos de risco relacionados com os hábitos alimentares, atividade física e/ou o consumo de substâncias. 	<ul style="list-style-type: none"> Conhecer as consequências de comportamentos de risco para a saúde humana (doenças cardiovasculares, consumo excessivo de álcool, etc.). 	<ul style="list-style-type: none"> Sou capaz de preparar uma sessão/tertúlia sobre estas temáticas e apresentá-las na unidade/grupo onde exerço funções. Vou ao médico e faço análises com regularidade
DESENVOLVIMENTO AFETIVO	FUNDAMENTAÇÃO	EXEMPLOS
<ul style="list-style-type: none"> Valorizo e demonstro sensibilidade nas minhas relações familiares e afetivas de acordo com opção de vida assumida (ou de acordo com a minha opção de vida). 	<ul style="list-style-type: none"> Procura equilibrar-se a identificação dos vários afetos, presentes em qualquer indivíduo e organiza as respetivas prioridades. Tem um locus crítico interno. 	<ul style="list-style-type: none"> O dever do escuta começa em casa (princípio). Como falo sobre a família e como a insiro na minha vida escutista. Assumo a minha opção de vida.
<ul style="list-style-type: none"> Desenvolvo e aplico as minhas capacidades e sensibilidade estéticas (reajo, expresso a minha opinião/afeto perante uma obra de arte, literatura, entre outros). 	<ul style="list-style-type: none"> Por uma sensibilidade estética própria entende-se a capacidade de reagir emocionalmente perante uma obra de arte, erudita ou popular, seja plástica, escrita ou de outros <i>media</i>, independente da (in)formação que intelectualmente lhe permita, melhor ou pior, decodificar os respetivos significados. 	<ul style="list-style-type: none"> Exponho a minha opinião de forma crítica sobre os programas de televisão, teatro, cinema que vejo. Utilizo o desenho e/ou escrita, fotografia, cartaz, animações multimédia, música para inspirar/expressar os que me rodeiam.



<ul style="list-style-type: none"> • Vivencio a minha sexualidade como expressão responsável de amor aceitando a complementaridade Homem/Mulher 	<ul style="list-style-type: none"> • Esta dimensão vai para a vivência da sexualidade, conforme os princípios e valores que nos são próprios enquanto CNE. Assim sendo, a sexualidade e os afetos aparecem indissociáveis como expressão maior de um Amor pelo outro e por si próprio. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sou reconhecido pela estabilidade e coerência das minhas relações afetivas; Sou reconhecido pelo respeito que tenho pelas pessoas do sexo oposto ao meu.
<ul style="list-style-type: none"> • Sou capaz de identificar, compreender e expressar emoções tendo em conta o contexto em que me encontro e os sentimentos dos outros. 	<ul style="list-style-type: none"> • A utilização "inteligente" das emoções como fonte de criatividade e de compreensão do mundo, bem como ferramenta privilegiada de relação com os outros, exige uma correta compreensão do "que nos vai na alma", bem como um treino permanente da exteriorização de emoções positivas e da canalização das negativas para objetivos positivos. Esta matéria radica nas investigações e descobertas na área da chamada "inteligência emocional", representando, de facto, uma ferramenta fundamental, não só para o equilíbrio das emoções e do relacionamento humano, como, por essa via, influenciando decisivamente o desempenho nas outras áreas do desenvolvimento pessoal, mormente nas áreas do intelecto e do desempenho social e profissional. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aceito trabalhar numa equipa de animação coeducativa. • Tenho uma conduta assertiva nos Conselhos onde participo; critico os meus pares de forma assertiva e utilizo linguagem adequada.
<ul style="list-style-type: none"> • Reconheço e aceito as características da minha personalidade e procuro manter o meu equilíbrio emocional. 	<ul style="list-style-type: none"> • Uma baixa autoestima afeta profundamente a vida afetiva bem como a capacidade de relacionamento com os outros. A identificação realista das características da personalidade que fazem o indivíduo sentir-se confortável consigo mesmo e das que o fazem sentir-se menos bem são o ponto de partida desta área. Aqui, como em todas as áreas de desenvolvimento, exige-se a compreensão do papel ativo que o próprio indivíduo desempenha também no desenvolvimento da sua personalidade e na sua aceitação. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aceito as críticas construtivas que me fazem e procuro desenvolver e elaborar sobre as mesmas.
<ul style="list-style-type: none"> • Valorizo as minhas capacidades, mantendo uma atitude positiva perante a vida e superando os meus defeitos e limitações. 	<ul style="list-style-type: none"> • Deve ser cultivada uma atitude de aperfeiçoamento permanente no que diz respeito às capacidades. Esta aceitação (que não resignação) deve ser o ponto de partida para uma atitude de busca de valorização pessoal e procura garantir uma postura serena mais positiva perante a vida. 	<ul style="list-style-type: none"> • Faço uma análise/avaliação de mim mesmo com regularidade e proponho-me objetivos de superação.



DESENVOLVIMENTO DO CARÁCTER	FUNDAMENTAÇÃO	EXEMPLOS
<ul style="list-style-type: none"> • Posso e aplico (vivo) de acordo com o quadro de valores que escolhi de forma consciente. 	<ul style="list-style-type: none"> • O desenvolvimento e afirmação do carácter dependem de um quadro de valores e referências sólidas que cada um deve possuir e lhe servirão de base para as opções de vida e que se enquadram nos valores humanos e cristãos propostos pelo CNE 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifico e explico os valores pelos quais oriento a minha vida.
<ul style="list-style-type: none"> • Sou capaz de formular, construir e assumir as minhas opções com discernimento. 	<ul style="list-style-type: none"> • A autonomia pessoal significa ser capaz de olhar o mundo criticamente, decidindo por si próprio, mantendo o discernimento e a perspetiva de modo a se poder “pensar pela própria cabeça”. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tomo a iniciativa de me autoavaliar. • Revejo periodicamente o meu plano de desenvolvimento pessoal escutista e coloco objetivos ambiciosos.
<ul style="list-style-type: none"> • Coloco-me a mim próprio objetivos de progressão pessoal e responsabilizo-me pelo seu cumprimento. 	<ul style="list-style-type: none"> • É importante a consciência de que cada um é agente do seu próprio desenvolvimento. Não obstante os fatores de ordem externa que não se dominam (mas se devem enfrentar), há sempre espaço para progredir, para evoluir. Em grande medida, esta evolução depende do esforço individual. 	<ul style="list-style-type: none"> • Em situações de escolha informo-me e opto, explicando as minhas opções. Assumo as escolhas que tomo.
<ul style="list-style-type: none"> • Assumo as minhas responsabilidades nos projetos que enceto, demonstrando empenho e proatividade no agir e estabelecendo prioridades. 	<ul style="list-style-type: none"> • Os valores que movem o indivíduo e desenvolvem o seu carácter afirmam-se no dia-a-dia, nas suas ações, nos gestos concretos, que têm de ser conscientes e consequentes. A integração social e profissional levam o indivíduo a agir, participando ativamente no desenvolvimento do meio em que se integra. É um ato de responsabilidade o saber gerir o seu tempo entre os diversos interesses e opções de vida, segundo critérios e prioridades conscientes assumidas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sou ativo e empreendedor. Sou responsável pelos projetos que assumo e com os quais me identifico. • Desempenho as funções que me estão atribuídas com responsabilidade, honestidade e lealdade para com os meus pares e associação.
<ul style="list-style-type: none"> • Demonstro perseverança nos momentos de dificuldade e procuro ultrapassá-los com otimismo. 	<ul style="list-style-type: none"> • A responsabilidade requer ainda perseverança, capacidade de persistir e lutar pelos valores em que acredita, apesar das contrariedades e dificuldades. Requer também moderação nas apreciações e humildade nos sucessos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Não desisto perante uma adversidade. • Luto contra o pessimismo e animo os outros a serem persistentes nos momentos de dificuldade. • Demonstro otimismo e confiança aliçada nas minhas convicções.
<ul style="list-style-type: none"> • Sou consequente com as opções que tomo e assumo a responsabilidade pelos meus atos. 	<ul style="list-style-type: none"> • A responsabilidade é demonstrada em quaisquer situações, independentemente das consequências das atitudes. Assumir as próprias opções (sem que isso implique um apego “cego” às mesmas) e os seus compromissos é sinal de uma maturidade que reforça a confiança de que se pode ser merecedor. 	<ul style="list-style-type: none"> • “Dou a cara” quando sou confrontado com qualquer ato ou decisão da minha responsabilidade. • Cumpro os meus compromissos. • Sou pontual. • Sou eficaz sempre que as situações o exigem. • Utilizo o tempo de forma equilibrada.



<ul style="list-style-type: none"> Sou consistente e convicto na defesa das minhas ideias, mantendo uma mente aberta e tolerante. Dou testemunho e ajo de forma coerente com o meu sistema de valores. 	<ul style="list-style-type: none"> A defesa clara e sustentada dos próprios valores e convicções é sinal claro da solidez das opções e de um quadro moral com o qual se optou por viver. Importa, no entanto, manter a consciência de que esse quadro está em permanente aperfeiçoamento e que, por outro lado, cada uma das pessoas com que nos relacionamos tem o seu próprio quadro de referência. O exercício da tolerância e abertura de espírito revela-se assim como primordial, não só por uma questão de respeito pelo outro, mas também porque permitirá enriquecer a nossa própria vivência. 	<ul style="list-style-type: none"> Adoto uma postura moderada nos debates de ideias, ouvindo e respeitando as ideias dos outros e procurando entender os seus pontos de vista. Demonstro uma atitude firme, mas não arrogante, quando estão em causa valores essenciais.
	<ul style="list-style-type: none"> A coerência é uma prova fundamental de carácter. Começando por ser demonstrada na defesa dos valores e convicções, importa que seja depois expressa no dia-a-dia, dando testemunho de vida nas opções que se toma, nos projetos que realizam, na forma como se estabelecem as relações com os outros. 	<ul style="list-style-type: none"> Sou verdadeiro. Dou testemunho dos valores em que acredito.
DESENVOLVIMENTO ESPIRITUAL	FUNDAMENTAÇÃO	EXEMPLOS
<ul style="list-style-type: none"> Conheço e compreendo o modo como Deus Se deu a conhecer à humanidade, propondo-lhe um Projeto de Felicidade Plena (História da Salvação). Conheço a mensagem e a proposta de Jesus Cristo (Mistério da Encarnação e Mistério Pascal). 	<ul style="list-style-type: none"> Conhecer a história da criação e do povo de Deus é essencial para compreender todo o seu percurso até aos nossos dias. É importante conhecer a vida e mensagem de Jesus Cristo e encontrar aí a raiz da sua Fé e o fundamento para dar testemunho da mesma. O Evangelho dá-nos a conhecer esta mensagem, através dos relatos dos 4 evangelistas. 	<ul style="list-style-type: none"> Sou capaz de explicar «as razões da nossa esperança». Sou capaz de ensinar e transmitir a mensagem de Jesus Cristo aos jovens.
<ul style="list-style-type: none"> Reconheço que a pertença à Igreja é um sinal de Deus no mundo de hoje (Igreja Sacramento Universal de Salvação) 	<ul style="list-style-type: none"> Viver de forma plena a pertença à Igreja permite compreender o papel de cada um nesta Igreja que é de todos e para todos. 	<ul style="list-style-type: none"> Participo semanalmente na Eucaristia dominical. Procuro com regularidade o sacramento da Penitência. Participo num retiro. Elaboro uma oração para um momento de animação da Fé. Tenho o hábito de parar, refletir, reencontrar-me com Deus. Aprofundo o conteúdo da oração do Dirigente.
<ul style="list-style-type: none"> Aprofundo os meus hábitos de oração e assumo-me como membro ativo da Igreja na celebração comunitária. 	<ul style="list-style-type: none"> Na oração que se faz na partilha do “eu” com Deus e no acolhimento da sua Palavra encontrar uma fonte de alegria e de vida, uma força para viver as atribuições quotidianas e para abarcar novos desafios. 	<ul style="list-style-type: none"> Procuro aperfeiçoar-me diariamente segundo o modelo do Homem Novo.



<ul style="list-style-type: none"> • Integro na minha vida os valores do Evangelho e vivo as propostas da Igreja. 	<ul style="list-style-type: none"> • O conhecimento por si só não é suficiente nesta área. É ainda necessário integrar esses conhecimentos na minha vida do dia-a-dia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Procuo aperfeiçoar-me diariamente segundo o modelo do Homem Novo.
<ul style="list-style-type: none"> • Conheço as principais religiões e distingo e valorizo a identidade da Igreja Católica. 	<ul style="list-style-type: none"> • No mundo plural em que vivemos conhecer a própria especificidade é o caminho para um diálogo verdadeiro, para a tolerância perante as crenças e os modos de vida de cada um, e um contributo para a Paz. • No tempo da globalização, o respeito pelas diferenças, a promoção do conhecimento dos outros é a pedra angular para a construção de uma sociedade mais equilibrada e um mundo melhor. 	<ul style="list-style-type: none"> • Vivo a fé em atividades - nacionais ou internacionais -, estou aberto e disponível para entender os outros. Faço atividades de apoio a peregrinos, constatando com respeito diferentes manifestações de fé. • Participo em encontros com outras religiões; faço/promovo intercâmbios com outras comunidades; procuro saber mais sobre outras religiões: investigar, estudar, ouvir; sou dialogante com pessoas de outras religiões; sei reconhecer e vencer os meus preconceitos.
<ul style="list-style-type: none"> • Testemunho que a presença de Deus no mundo dignifica a vida humana e a Natureza. 	<ul style="list-style-type: none"> • O mistério de Deus revela-se em cada um e na natureza; somos a Sua imagem e semelhança. Se sou de Deus, se acredito Nele, é importante descobrir que Ele faz parte de mim, e de cada pessoa: no meu amigo, no vizinho, no familiar. É o sentimento de pertença a Alguém maior que se traduz no Amor ao próximo: aí se faz a experiência da construção da felicidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconheço e defendo o supremo valor da vida humana, em todas as suas dimensões, em todas as suas etapas, em todas as condições. • Reconheço a obra de Deus na Natureza e defendo esta como tal.
<ul style="list-style-type: none"> • Vivo o compromisso cristão como missão no mundo em todas as dimensões (humanas, sociais, económicas, culturais e políticas). 	<ul style="list-style-type: none"> • Integrar os conhecimentos adquiridos com as atitudes no dia-a-dia é um grande desafio e uma caminhada individual ainda que nas comunidades a que pertencemos e/ou nos movemos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Encarno, com naturalidade e sem medo, a mensagem evangélica em todas as facetas da minha vida e em todos os ambientes em que me movo.
DESENVOLVIMENTO INTELECTUAL	FUNDAMENTAÇÃO	EXEMPLOS
<ul style="list-style-type: none"> • Procuo de forma ativa e continuada novos saberes e vivências de forma a promover o meu desenvolvimento/ crescimento pessoal. 	<ul style="list-style-type: none"> • Uma inquietação natural e uma rotina de estar a par do que se passa e de conhecer mais; esta é uma das características que se pretende desenvolver. Não se pretende uma mera acumulação do saber mas que tal aquisição, para além de satisfazer uma "fome" pessoal, possa ser encarada como a recolha de ferramentas, conhecimentos, etc. para poder intervir junto das crianças e jovens de forma mais preparada. 	<ul style="list-style-type: none"> • Faço pesquisas regulares e seleciono a informação adequada para os projetos/ atividades em que estou envolvido(a). • Contribuo com propostas de livros, revistas, documentos para o enriquecimento dos projetos.
<ul style="list-style-type: none"> • Conheço e utilizo formas adequadas de recolha e tratamento de informação, distinguindo o essencial do acessório. 	<ul style="list-style-type: none"> • No imenso mar de informação do mundo moderno, é vital possuir competências de busca e processamento que permitam utilizar essa informação no momento exato; por outro lado, importa possuir o discernimento para selecionar aquela mais adequada à situação em causa. Pressupõe conhecimento e posterior ação; opção pela forma mais eficaz/adequada (recursos, condições). 	<ul style="list-style-type: none"> • Faço pesquisas regulares e seleciono a informação adequada para os projetos/ atividades em que estou envolvido(a).



<ul style="list-style-type: none"> • Defino o meu itinerário de formação e preocupo-me em mantê-lo atualizado. 	<ul style="list-style-type: none"> • A competência enquanto educador é mais uma forma de intervir com qualidade na prossecução do programa educativo do CNE. Este bom desempenho passa pela posse de um conjunto de conhecimentos específicos e à sua atualização continuada. Importa que neste campo, se tracem claramente objetivos a atingir e se manifeste uma postura ativa de valorização. 	<ul style="list-style-type: none"> • Faço autoavaliações regularmente. • Participo em ações de formação com vista a minha atualização.
<ul style="list-style-type: none"> • Adapto-me e supero novas situações, avaliando-as à luz da minha experiência e dos conhecimentos adquiridos. 	<ul style="list-style-type: none"> • A avaliação das experiências vividas fornece um conjunto de informações cuja utilização posterior é indutora de crescimento; se em cada nova situação soubermos usar os ensinamentos das anteriores, estaremos a abrir caminho a fazer cada vez melhor e a buscar a excelência. Por outro lado, importa cultivar a “elasticidade mental” de usar os conhecimentos adquiridos para resolver novos desafios; é o tipo de elasticidade que dá confiança e potencia o à-vontade perante situações a que não se está habituado. 	<ul style="list-style-type: none"> • Gosto de ser desafiado ou de me desafiar intelectualmente. • Elaboro relatórios das atividades que promovo/participo com análise das ocorrências e proponho sugestões para uma próxima atividade.
<ul style="list-style-type: none"> • Analiso os problemas de forma crítica, sugerindo e aplicando estratégias de resolução dos mesmos. 	<ul style="list-style-type: none"> • No contexto de um mundo cada vez mais complexo, o ultrapassar de desafios e a resolução de problemas, para além de serenidade e coragem, exige cada vez mais uma abordagem organizada e sistematizada. A capacidade de análise, o poder de síntese, a habilidade para apontar diversas hipóteses de resolução para o problema, o sentido crítico sobre as mesmas, são algumas das qualidades hoje valorizadas para resolver situações e sobretudo de liderar equipas que tenham por responsabilidade gerir projetos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Quando me deparo com um obstáculo/ problema peso sempre as vantagens e desvantagens das soluções possíveis.
<ul style="list-style-type: none"> • Sou capaz de utilizar conhecimentos, percepções e intuições na criação de novas ideias e obras mantendo um espírito aberto e inovador. 	<ul style="list-style-type: none"> • Os conhecimentos que vamos adquirindo são uma fonte de inspiração. As ideias que vão surgindo, as obras que se vão criando, têm na sua génese espíritos que são capazes de inovar e estar abertos a outras formas de pensar sem perder a sua substância interna 	<ul style="list-style-type: none"> • Colaboro na elaboração de projetos. • Proponho ideias para temas anuais.
<ul style="list-style-type: none"> • Expresso ideias e emoções de forma lógica e criativa, adaptada aos destinatários e utilizando os meios adequados. 	<ul style="list-style-type: none"> • As convicções e ideias em que acreditamos têm muitas vezes de ser partilhadas, comunicadas, expressas. Se não o forem de forma apropriada e clara, corre-se o risco de se perder o valor que elas possam ter. Importa pois que tenhamos a capacidade de articular devidamente as ideias, adequar a forma de as expor aos destinatários e escolher os meios mais eficazes para o fazer. 	<ul style="list-style-type: none"> • Apresentação de projetos; exposições; intervenções públicas.



DESENVOLVIMENTO SOCIAL	FUNDAMENTAÇÃO	EXEMPLOS
<ul style="list-style-type: none"> • Conheço e exerço os meus direitos e deveres quanto cidadão. 	<ul style="list-style-type: none"> • A participação deve ser exercida de forma consciente e informada (sobre direitos e deveres), fundamentada, construtiva e aberta aos outros, assumindo e defendendo direitos e cumprindo os deveres estabelecidos. O conhecimento dos direitos e deveres não se adquire num dado momento; requer uma atitude de constante busca de informação e de adaptação em diferentes realidades. 	<ul style="list-style-type: none"> • Eu exerço o meu dever cívico votando (órgãos do poder político nacional, europeu, etc.). • Participo nos atos eleitorais do CNE ou outras associações em que esteja integrado.
<ul style="list-style-type: none"> • Participo ativa e conscientemente nos vários espaços sociais onde me insiro, intervenho de uma forma informada, respeitadora e construtiva. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer apenas os direitos e deveres não é suficiente; a cidadania deve ser vivida: informar-se, analisar diferentes pontos de vista sobre um tema, ser capaz de ouvir e demonstrar uma atitude positiva e construtiva são essenciais para dar testemunho como cidadão interventivo mas responsável e tolerante. 	<ul style="list-style-type: none"> • Interesso-me pelos temas da atualidade e procuro informar-me: jornais, revistas, Internet, televisão, ...
<ul style="list-style-type: none"> • Respeito as regras democráticas e assumo como minhas as decisões tomadas coletivamente. 	<ul style="list-style-type: none"> • A participação nas diversas reuniões e conselhos a que somos chamados a participar requerem um envolvimento e respeito pelas regras de funcionamento das mesmas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Acato e envolvo-me nas tomadas de decisão nos conselhos/reuniões onde sou chamado a participar.
<ul style="list-style-type: none"> • Assumo que sou parte da sociedade onde me insiro e ajo numa perspetiva de serviço libertador e de construção de futuro. 	<ul style="list-style-type: none"> • A cooperação e a solidariedade são fundamentais a uma participação orientada para os outros, para “deixar o mundo um pouco melhor”. A todos os níveis (ONG, associações sem fins lucrativos, instituições sociais) e no âmbito mais diverso (local, nacional, internacional) há entidades que desempenham funções relevantes no panorama social e que, uma vez conhecidas, oferecem oportunidades de colaboração concreta e de demonstração de um espírito de serviço. O testemunho cristão implica uma perspetiva libertadora. O serviço surge como entrega ao outro, como doação e ato de humildade, não como ato de reconciliação consigo próprio e de autojustificação. 	<ul style="list-style-type: none"> • Participo em ações de serviço na minha comunidade.
<ul style="list-style-type: none"> • Uso a empatia na minha forma de comunicar com os outros, demonstro tolerância e respeito perante outros pontos de vista. 	<ul style="list-style-type: none"> • «Alegrai-vos com os que se alegram, chorai com os que choram» (Romanos 12:15). 	<ul style="list-style-type: none"> • Sou capaz de manter um tom de voz cordial quando numa reunião, conversa, debate com outros. • Sou capaz de ouvir as propostas dos outros até ao fim.
<ul style="list-style-type: none"> • Tenho/mostro capacidade de relacionamento e trabalho em equipa, contribuindo ativamente para o sucesso do coletivo através do meu desempenho do meu papel, com competência. 	<ul style="list-style-type: none"> • O trabalho em equipa não é a soma dos trabalhos/desempenhos individuais de cada um dos membros do grupo. As atividades desenvolvidas requerem o envolvimento de todos nas diversas tarefas e a compreensão que todas são importantes e determinantes para o sucesso de todos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Envolver-me nas tarefas que me são confiadas. • Procuro compreender o projeto em que estou envolvido.

Diagnóstico

O Plano de Desenvolvimento Pessoal Escutista decorre de um diagnóstico prévio realizado com base nos Objetivos Educativos Finais do Programa Educativo.

Este diagnóstico é realizado pelo Candidato a Dirigente com a colaboração do seu Tutor.

Assim, para cada um dos objetivos educativos finais, o Candidato a Dirigente deve - em face da sua autoavaliação - assinalar em que medida o cumpre, numa escala de 1 (-) a 5 (+). Caso tenha alguma dúvida, deverá colocá-la ao seu Tutor.

DESENVOLVIMENTO FÍSICO	1 (-)	2	3	4	5 (+)
• Desenvolvo pelo menos uma atividade física de forma a manter a agilidade e destreza adequadas à minha idade, capacidade e limitações.					
• Conheço e aceito o meu corpo com naturalidade tendo em conta o processo de envelhecimento a que o mesmo está sujeito e de acordo com a minha idade.					
• Conheço as diferenças fisiológicas do corpo masculino e feminino e adequo o esforço requerido de acordo com a minha idade.					
• Cultivo um estilo de vida saudável e equilibrado (alimentação, atividade física e repouso) adequado à minha idade.					
• Aceito a minha aparência física e procuro valorizá-la de acordo com os padrões de saúde e higiene adequados.					
• Identifico e evito os comportamentos de risco relacionados com os hábitos alimentares, atividade física e/ou o consumo de substâncias.					

DESENVOLVIMENTO AFETIVO	1 (-)	2	3	4	5 (+)
• Valorizo e demonstro sensibilidade nas minhas relações familiares e afetivas de acordo com opção de vida assumida (ou de acordo com a minha opção de vida).					
• Desenvolvo e aplico as minhas capacidades e sensibilidade estéticas (reajo, expresso a minha opinião/afeto perante uma obra de arte, literatura, entre outros).					
• Vivencio a minha sexualidade como expressão responsável de amor aceitando a complementaridade Homem/Mulher.					
• Sou capaz de identificar, compreender e expressar emoções tendo em conta o contexto em que me encontro e os sentimentos dos outros.					
• Reconheço e aceito as características da minha personalidade e procuro manter o meu equilíbrio emocional.					
• Valorizo as minhas capacidades, mantendo uma atitude positiva perante a vida e superando os meus defeitos e limitações.					

DESENVOLVIMENTO DO CARÁCTER	1 (-)	2	3	4	5 (+)
• Posso e aplico (vivo) de acordo com o quadro de valores que escolhi de forma consciente.					
• Sou capaz de formular, construir e assumir as minhas opções com discernimento.					
• Coloco-me a mim próprio objetivos de progressão pessoal e responsabilizo-me pelo seu cumprimento.					
• Assumo as minhas responsabilidades nos projetos que enceto, demonstrando empenho e proatividade no agir e estabelecendo prioridades.					
• Demonstro perseverança nos momentos de dificuldade e procuro ultrapassá-los com otimismo.					
• Sou consequente com as opções que tomo e assumo a responsabilidade pelos meus atos.					
• Sou consistente e convicto na defesa das minhas ideias, mantendo uma mente aberta e tolerante.					
• Dou testemunho e ajo de forma coerente com o meu sistema de valores.					



DESENVOLVIMENTO ESPIRITUAL	1 (-)	2	3	4	5 (+)
• Conheço e compreendo o modo como Deus Se deu a conhecer à humanidade, propondo-lhe um Projeto de Felicidade Plena (História da Salvação).					
• Conheço a mensagem e a proposta de Jesus Cristo (Mistério da Encarnação e Mistério Pascal).					
• Reconheço que a pertença à Igreja é um sinal de Deus no mundo de hoje (Igreja Sacramento Universal de Salvação).					
• Aprofundo os meus hábitos de oração e assumo-me como membro ativo da Igreja na celebração comunitária.					
• Integro na minha vida os valores do Evangelho e vivo as propostas da Igreja.					
• Conheço as principais religiões e distingo e valorizo a identidade da Igreja Católica.					
• Testemunho que a presença de Deus no mundo dignifica a vida humana e a Natureza.					
• Vivo o compromisso cristão como missão no mundo em todas as dimensões (humanas, sociais, económicas, culturais e políticas).					

DESENVOLVIMENTO INTELECTUAL	1 (-)	2	3	4	5 (+)
• Procuo de forma ativa e continuada novos saberes e vivências de forma a promover o meu desenvolvimento/crescimento pessoal.					
• Conheço e utilizo formas adequadas de recolha e tratamento de informação, distinguindo o essencial do acessório.					
• Defino o meu itinerário de formação e preocupo-me em mantê-lo atualizado.					
• Adapto-me e supero novas situações, avaliando-as à luz da minha experiência e dos conhecimentos adquiridos.					
• Analiso os problemas de forma crítica, sugerindo e aplicando estratégias de resolução dos mesmos.					
• Sou capaz de utilizar conhecimentos, perceções e intuições na criação de novas ideias e obras mantendo um espírito aberto e inovador.					
• Expresso ideias e emoções de forma lógica e criativa, adaptada aos destinatários e utilizando os					

DESENVOLVIMENTO SOCIAL	1 (-)	2	3	4	5 (+)
• Conheço e exerço os meus direitos e deveres enquanto cidadão.					
• Participo ativa e conscientemente nos vários espaços sociais onde me insiro, intervenho de uma forma informada, respeitadora e construtiva.					
• Respeito as regras democráticas e assumo como minhas as decisões tomadas coletivamente.					
• Assumo que sou parte da sociedade onde me insiro e ajo numa perspetiva de serviço libertador e de construção de futuro.					
• Uso a empatia na minha forma de comunicar com os outros, demonstro tolerância e respeito perante outros pontos de vista.					
• Tenho/mostro capacidade de relacionamento e trabalho em equipa, contribuindo ativamente para o sucesso do coletivo através do meu desempenho do meu papel, com competência.					
• Assumo papéis de liderança, de forma equilibrada, e tenho em conta as minhas necessidades e as do grupo.					

Formulação do Plano

A formulação do Plano de Desenvolvimento Pessoal Escutista baseia-se no estabelecimento, em face dos objetivos educativos finais não cumpridos ou mais fracamente cumpridos, de metas concretas e a forma de as atingir, designadamente através da frequência de oportunidades formativas formais, da formação através do exercício de funções ou responsabilidades específicas, ou outras formas que se mostrem adequadas e exequíveis, bem como prazos.

A formulação do Plano de Desenvolvimento Pessoal Escutista é realizada pelo Candidato a Dirigente com a colaboração do seu Tutor.

Assim, o Candidato a Dirigente deve começar por destacar os objetivos educativos finais cuja pontuação é negativa (pontuados com 1 ou 2); caso não os possua, deve destacar os cinco com pontuação mais baixa.

**TABELA PLANO**

OBJETIVOS	META(S)	INICIATIVAS

(aumentar se necessário)

Monitorização

Regularmente, e com a ajuda do Tutor, o Candidato a Dirigente deve rever o seu Plano Pessoal de Desenvolvimento Escutista e ir avaliando a respetiva monitorização, até que os objetivos educativos sejam cumpridos.

TABELA PLANO

OBJETIVOS	META(S)	INICIATIVAS

(aumentar se necessário)

Avaliação

O Tutor, em sede de acompanhamento pessoal, pode suscitar a reavaliação de um ou mais objetivos educativos finais, situação que deve fundamentar junto do Candidato a Dirigente, sugerindo que os mesmos sejam igualmente trabalhados por este.