Relatório de Impacto EscutAção 2022

Cruzando Histórias

RaiaDrogasil S.A.

benfeitoria

Todo Cuidado Conta

Cruzando Histórias

Somos a Cruzando Histórias,
uma organização sem fins lucrativos
que promove a valorização profissional,
empregabilidade e autonomia
financeira entre mulheres.

NOSSA TRANSFORMAÇÃO SOCIAL CRESCEU COM A TRANSFORMAÇÃO DIGITAL

Cruzando Histórias

De Cotia / SP para todo o Brasil

+10k
pessoas atendidas em cinco anos

+2000 horas
de orientação de carreira e apoio psicológico

Conteúdo e oportunidades para uma rede de
30.000
pessoas

EQUIPE CH

Cruzando Histórias

Bia Diniz
Fundadora e Presidente

Marisa Santos
Gerente de Projetos

Carol Vieira
Comunicação

Fernanda Silva
Comunicação

Jessica Sano
Psicóloga

Ações de Comunicação e Tecnologia

@cruzandohistorias

Landing Page

Criação de ***Landing Page*** exclusiva para o **EscutAção** para **inscrição das assistidas.**

Clique na imagem para ver os detalhes

Avaliação das Assistidas

A **Avaliação da EscutAção** foi preenchida pelas assistidas, para mensurar atendimento e sinalizar quem tinha ou não interesse em participar do **EscutAção Psicoterapia Breve** ao fim do projeto.

Clique na imagem para ver os detalhes

Pós-Escuta Voluntárias

Após o encerramento do **EscutAção**, a **voluntária** faz o registro ou como chamamos ''memória'' de cada **sessão de escuta realizada.**

Clique na imagem para ver os detalhes

Blog

Agradecimento nominal:
Agradecemos às 396 pessoas que acreditaram na Cruzando Histórias e que realizaram uma contribuição para a nossa campanha.

7 de fev.

AGRADECIMENTO NOMINAL: 210 MULHERES VÃO RECEBER ORIENTAÇÃO DE...

Ano passado, você participou, se engajou, torceu e transformou nosso sonho em realidade! Dois mil e vinte e dois começou com um gostinho...

Clique na imagem para ver os detalhes

Posts nas Redes Sociais

EscutAção - Orientação de Carreira:
Inscrições abertas para todas as cidades do estado de São Paulo.

Clique na imagem para ver os detalhes

Canal YouTube

Todo Cuidado Conta
Cruzando Histórias

.

Clique na imagem
para ver os detalhes

Campanha Todo Cuidade Conta

@cruzandohistorias

Campanha todo Cuidado Conta

Essa edição do **EscutAção** foi financiada por meio de um **edital do grupo RaiaDrogasil**, o **“Todo Cuidado Conta”**, em parceria com a **Benfeitoria.**

O fundo **“Todo Cuidado Conta”** apoiou iniciativas de cuidado coletivo no Estado de São Paulo, que tem o **potencial de impactar positivamente algum aspecto da saúde integral** do todo, ou seja: **ações que impactem nossa saúde física, mental, espiritual, ambiental e social.**

Por meio do edital, tivemos acesso à plataforma de financiamento coletivo da Benfeitoria e os valores doados em nossa campanha **TRIPLICADOS** pelo fundo do Todo Cuidado Conta, da RD Brasil. Dessa forma, **para cada R$100 doados recebemos mais R$200 com o aporte do fundo**.

No período de **10/11 a 20/12, arrecadamos R$25.000** da nossa rede de **539 doadores**, que foram **transformados em R$75.000** com o aporte da Raia DrogaSil, tornando possível o **projeto EscutAção atender 210 mulheres do Estado de São Paulo**.

EscutAção

@cruzandohistorias

EscutAção

O **EscutAção** é um projeto que oferece **escuta empática**, **apoio psicológico** e **orientação de carreira** para **mulheres,** desde 2019 e possui metodologia própria.
Nós mulheres já tivemos momentos de desânimo e de descrença das nossas potencialidades. É nessas horas que a **rede de apoio, oferecida pelo EscutAção,** faz total diferença. Nós apresentamos para as mulheres as diferentes formas de retornar ou ingressar mercado de trabalho, seja como empregada, seja como empreendedora;

O Escutação foi um projeto 100% online e gratuito, dividido em duas etapas:

1. **EscutAção:** sessão individual para escuta, acolhimento e orientação de carreira;

2. **EscutAção - Acolhimento psicológico**: (opcional) sessão em grupo para escuta, acolhimento, autoconhecimento e fortalecimento da saúde mental e emocional.

Metodologia

O projeto é **fortalecido e multiplicado pela força do voluntariado**. Para isso, abrimos processo seletivo para 30 voluntárias do EscutAção e 5 para voluntárias psicólogas. Os critérios para seleção são experiência em gestão de carreiras ou recrutamento e seleção. Todas as voluntárias precisam ter disponibilidade de pelo menos, 6 horas mensais de dedicação ao projeto. Além, claro, da afinidade com a abordagem. Apenas o **EscutAção Psicoterapia** Breve exige que o voluntária seja psicóloga com CRP ativo.

As voluntárias são **treinadas** sobre a **metodologia da Cruzando Histórias**, que pode conter uma ou mais dos seguintes temas, a depender de qual EscutAção irá atuar:

- Escuta empática;
- Comunicação não-violenta (CNV);
- Violência contra a mulher.

Além de encontros online, as voluntárias participaram da **Roda de Acolhimento** ocorrida antes do início do voluntariado, com objetivo de interação entre as voluntárias e tirar dúvidas. E encontros mensais para acompanhamento e fortalecimento da conexão. E ao final a **Roda de Colheita**, onde foram apresentados os **resultados do EscutAção.**

Semana da Carreira

As **mulheres inscritas do EscutAção** foram convidadas para participarem da **5ª Semana da Carreira** que ocorreu entre os dias 21 e 25 de março de 2022.

O objetivo da **Semana da Carreira** é estimular o autoconhecimento e o desenvolvimento profissional de mulheres que estão enfrentando o desemprego ou em transição de carreira.

Essa edição teve como tema central a: **Saúde emocional & trabalho**; e como tema transversal: **Autocuidado & produtividade**. E teve como novidade a possibilidade de interação entre pessoas que estão dentro e fora do mercado, com a participação dos colaboradores das empresas patrocinadoras na plateia.

Semana da Carreira

Cruzando Histórias

Apresentação de empresas parceiras e apoiadoras.

Clique na imagem para ver os detalhes

Semana da Carreira

Palestra
Saúde emocional no dia a dia: Autoconsciência das emoções; Compreensão do fluxo do episódio emocional; Técnicas de controle emocional, especialmente para emoções difíceis; Planejamento de hábitos para cuidado emocional e mental.

Clique na imagem para ver os detalhes

Entre fevereiro a junho, foram ofertadas 210 vagas no EscutAção e 30 voluntárias Escutadoras se engajaram!

Vamos conhecer os resultados do projeto?

Inscrições e atendimentos

210
vagas

261
inscritas

215
EscutAções
RealizadaS

46
Faltas e
Desistências

EscutAção

O **EscutAção** não só alcançou suas metas, como surpreendeu em todos os indicadores trabalhados internamente com as **mulheres assistidas e voluntárias**. O programa teve boa aceitação entre as assistidas, por abranger de forma efetiva e afetiva os aspectos relativos às **habilidades técnicas** e **socioemocionais**.

As **habilidades técnicas** foram abordadas com o **EscutAção** orientação de carreira de forma objetiva visando uma melhor performance em processo seletivos.

Os **aspectos socioemocionais** foram abordados pelo **EscutAção Psicoterapia Breve** visando o autoconhecimento, desenvolvimento de inteligência emocional e conscientização de crenças limitantes, que muitas vezes representam sinal de desalento diante do cenário de desemprego.

EscutAção

O **público-alvo do programa foram mulheres** do **estado de São Paulo**, que estão em busca de recolocação ou em transição de carreira.

Os **critérios de seleção foram:** a idade (mulheres com dezoito anos ou mais), a faixa de renda e residência no estado de São Paulo. Além disso, priorizamos mulheres consideradas parte de grupos minoritários: mulheres que se autodeclaram pretas ou pardas.

Consideramos o **EscutAção** um sucesso, como demonstra a apresentação dos indicadores a seguir, onde são questionados alguns pontos de análise pessoal dos quais as **mulheres assistidas responderam antes e depois do programa**.

Mulheres Impactadas

@cruzandohistorias

Perfil das mulheres impactadas

65%
com escolaridade entre superior e pós-graduação

Média de Idade
39 anos

58%
se autodeclaram pretas e pardas

68%
participaram pela primeira vez na CH

Classe C 8 %
Classe D 49 %
Classe E 43 %

87%
com interesse no EscutAção Psicoterapia Breve

77%
sem trabalho

51% São Paulo
7% SBC
5% Santo André
4% Mauá

Cruzando Histórias

Percepção Pessoal

Motivada

14%

Antes

93%

Depois

Indiferente

16%

Antes

3%

Depois

Desmotivada

71%

Antes

5%

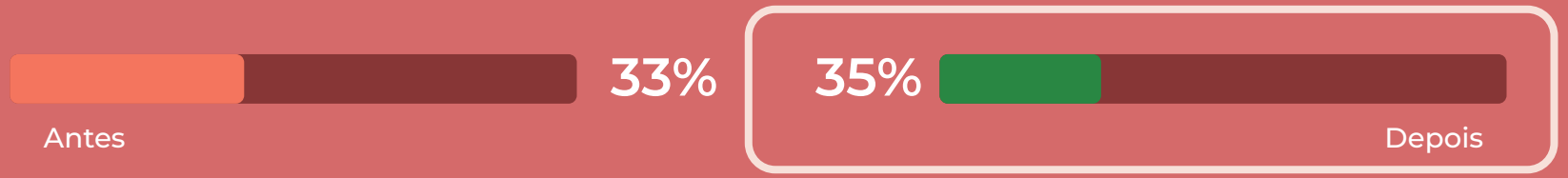
Depois

Cruzando Histórias

Reconhecimento do valor da história profissional

Minha história tem valor!

Estou voltando a acreditar em mim



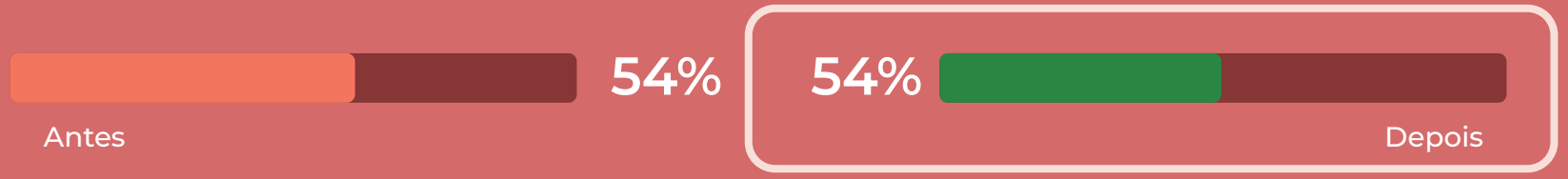
Sou só mais uma na multidão

Como estavam os sentimentos e emoções

Cruzando Histórias

Tranquilos, me sinto estável e fortalecida

Tranquilos, mas tenho momentos de instabilidade emocional



Conturbados

Cruzando Histórias

Aumento de 33,3% de motivação no momento profissional

ANTES

3,0

DEPOIS

4,0

Em uma escala de Zero a Cinco

Cruzando Histórias

Aumento de 33,3% na autoconfiança profissional

ANTES

3,0

DEPOIS

4,0

Em uma escala de Zero a Cinco

Avaliação do EscutAção

Avaliação do **EscutAção** pelas **assistidas** foi de

10/10

E recebemos diversos depoimentos contando sobre como o programa foi importante na recuperação da autoestima e sobre como se sentiram mais confiantes para conquistar um emprego.

Depoimento das assistidas

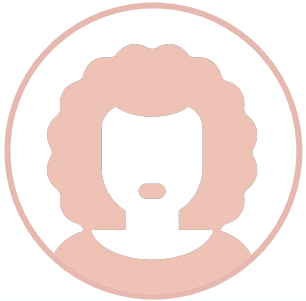
“A escutação, está sendo um diferencial na minha vida, jamais imaginei que encontraria mulheres extraordinárias que doam seu tempo para mulheres que precisam se olhar com mais segurança. Só tenho gratidão por todos os momentos que vocês me ouviram .Espero um dia poder retribuir de alguma forma."
A.M

“A cruzando histórias fez com que eu me visse, não apenas como mais uma mais experiências e vivências diferentes que torna cada pessoa única em diferentes pontos de vista e aspectos que nos torna único com relevância para outras pessoas que tenham vivências similares a minha que pode contar com a cruzando histórias e esses profissionais maravilhosos que nos apoiam e nos motivam a seguir em frente e lutar por nossos ideais.
C.C

“Para algumas pessoas a escutação pode parecer uma coisa bem simples, mas para muitas é fundamental e muito importante, vai desde a sensação de não estarmos sozinhas até ideias e pontos de vista que antes não tínhamos, no meu caso me senti muito fortalecida e capaz. Só tenho a agradecer.”
C.A

Depoimento das assistidas

“Ouvir o outro ainda é uma forma especial de se doar e estender a mão. Possibilitar o falar, em momentos de dificuldades, faz com que novas ideias e planos sejam revelados. Muitas vezes, sozinhas, não conseguimos enxergar saídas. A ação da escuta é primordial para continuarmos lutando pelos objetivos; abre espaços para o novo e a mudança de olhar. Obrigada pela oportunidade.”
E.A



“Fiquei muito feliz com a oportunidade de ser ouvida. Me senti muito acolhida e encorajada a continuar buscando meu crescimento profissional para alcançar, em breve, meu objetivo, que é o de me recolocar no mercado de trabalho.”
Q.B

Eu não conhecia o escutAção e depois do meu bate papo com a profissional que me atendeu, eu me senti mais encorajada e determinada a mudar de emprego. Esse projeto não trata somente da pessoa profissional, mas trata também do pessoal. Conversamos durante uma hora, onde em boa parte desse tempo eu falei sobre o meu luto, as minhas fraquezas, meus medos e minhas alegrias. Fico grata por poder participar de um projeto tão acolhedor que pode mudar vidas.
T.D

Voluntárias do EscutAção

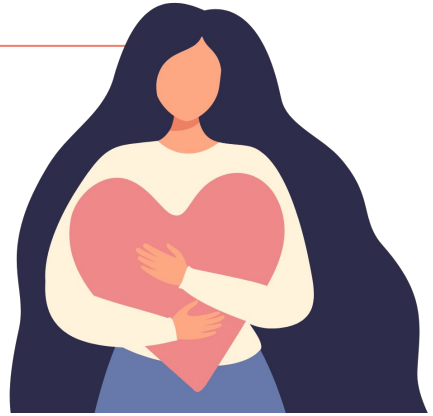
@cruzandohistorias

Perfil das Voluntárias EscutAção

30 Voluntárias

100%
com
escolaridade
entre **superior e pós-graduação**

40% Psicólogas
20% Recursos Humanos
12% Administração



72%
se autodeclaram
Brancas

28%
Pretas e Pardas

Média de Idade
38 anos

84%
Trabalhando

12%
Empreendendo

84% São Paulo
12% Rio de Janeiro
4% Minas Gerais

Impacto do EscutAção para as voluntárias

A **conexão voluntária com a assistida**, apelidada de *"match"*, é também um diferencial do **EscutAção.** Uma análise cuidadosa de perfis dá origem a **poderosas conexões,** que fazem a **diferença na experiência de ambas.** Assim, possibilitando as voluntárias o desenvolvimento de habilidades e competências, tais como:

- **Empatia;**
- **Comunicação consciente;**
- **Capacidade de lidar bem com situações e sentimentos desconfortáveis;**
- **Comprometimento social;**
- **Inteligência emocional.**

A seguir apresentamos alguns pontos de análise pessoal dos quais as **voluntárias responderam antes e depois do programa**.

Cruzando Histórias

Aumento de 25% do conhecimento sobre comunicação-não-violenta

ANTES

4,0

DEPOIS

5,0

Em uma escala de Zero a Cinco

Cruzando Histórias

Aumento de 25% da motivação para desenvolvimento pessoal e profissional

ANTES

4,0

DEPOIS

5,0

Em uma escala de Zero a Cinco

Cruzando Histórias

Aumento de 25% do senso do quanto colaborar com pessoas é importante para você

ANTES

4,0

DEPOIS

5,0

Em uma escala de Zero a Cinco

Avaliação do EscutAção

A nota da avaliação geral de experiência de voluntariado no EscutAção foi de

10/10

Recebemos depoimentos contando sobre como a experiência com o voluntariado foi importante.

Depoimento voluntárias

“Aprendi muito com cada Escutação, principalmente na questão empática de ouvir e entender as necessidades de cada assistida. É algo tão especial e ao mesmo tempo desafiador que me impulsionou a também não desistir dos meus próprios sonhos e objetivos de vida e carreira. A vontade que dá é de poder contribuir com mais com cada uma das assistidas, entretanto, sei que há uma curva de aprendizado para cada uma delas é que o despertar da consciência, das atitudes e das ações cada uma delas terá ao seu tempo. Esse tempo é o tempo certo que as levarão a atingir suas metas e objetivo profissionais e de propósito de vida.”

Flavia Nazareth Faria

Depoimento voluntárias

“Sempre quis fazer o que faço como Escutadora, em grande escala e com pessoas que não estavam no meu convívio, e a Cruzando histórias me deu essa oportunidade. Desde 2020, junto com vocês, me sinto útil, sinto que minha experiência e meu tempo dedicado a Escutação, são momentos de grande valor pra mim e para quem eu atendo, e sempre finalizo me sentindo feliz e confiante que de alguma forma eu ajudei alguém a pensar e agir diferente em alguma situação na qual aquela pessoa já não encontrava solução, e por isso sou imensamente GRATA pela oportunidade”.

Jaqueline Araújo

Depoimento voluntárias

“Participar do voluntariado foi uma ótima experiência. Além de oferecer meu conhecimentos, habilidades, escuta e tempo para apoiar pessoas em seus desafios, também gostei da oportunidade de saber mais sobre comunicação não-violenta e praticar essa técnica. Conhecer outras realidades e questões também me ajudou a ampliar minha visão sobre a realidade, principalmente das mulheres brasileiras. Obrigada pela oportunidade.

Juliete Alves de Oliveira

Depoimento voluntárias

“Agradeço imensamente pela oportunidade, cada atendimento foi uma experiência única de muito aprendizado e desafiador, pois sabemos que a escutada estava vindo com grandes expectativas e busquei me esforçar ao máximo para preencher aquele momento com muito acolhimento buscado ajuda las com orientações que se ajustasse à realidade de cada uma. Espero ter contribuído com o projeto e me sinto muito feliz com a experiência. Obrigada a todas vocês”.

Sueli Dias

Engajamento

Claudia Almeida • 1°
RH(Implantação) | R&S | T&D | Gestão Pessoas | Análise Comportamental | R...
3 m •

Projeto maravilhoso!

Fui presenteada pela Cruzando Histórias!
Só agradecimentos

Visualizar tradução

Flavia Faria • 1°
Talent Partner | Talent Acquisition | Career Advisor | Especialista em Orientaçã...
3 m •

Qual é o seu momento de carreira ?
O que você busca e intensiona para o seu 2022 que já começou ?
Quais são seus projetos de carreira ?
Sou a Flavia Faria Orientadora de Carreira atuando neste Projeto Social maravilhoso da Bia Diniz Fundadora e Diretora Executiva da Cruzando Histórias - porque a missão, visão e valores dessa Organização Social se conectam ao meu propósito de vida..de carreira e de um mundo mais empático onde as mulheres possam ser cada vez mais ouvidas, assistidas, acolhidas, apoiadas, orientadas e inseridas no mercado de trabalho.
Quer conhecer mais ?
Segue o link :
https://lnkd.in/dt3KXdth

#carreira #mercadodetrabalho #escutaativa #empatia #empregabilidade #acolhimento #cruzandohistorias #rhporamor #orientaçãoprofissional #orientadoradecarreira

Visualizar tradução

Luciana Fonseca Batista • 1°
Empregabilidade | Mentoria de Carreira | Educação emocional | Saúde Menta...
3 m •

Muito bacana participar deste projeto incrível Escutação. Você mulher do Estado de São Paulo que está em busca de sua inserção no mercado de trabalho, segue a Cruzando Histórias e entra no site para saber como participar de forma gratuita dos projetos.
https://lnkd.in/d8_5ZKV3

Visualizar tradução

Clique nas imagens
para ver os detalhes

Engajamento

Daniela Bierast • 1º
Analista Financeiro | Contas a Pagar e Receber | Secretária Executiva | Analist...
1 h •

O amor pelo Voluntariado!!

Neste mês, tivemos o encerramento de mais um projeto maravilhoso do Cruzando Histórias, onde tive a honra de ser uma voluntária do Projeto EscutAção.

Gostaria de agradecer muito pela oportunidade, não somente a Marisa Santos e a Bia Diniz, mas também a todas as mulheres maravilhosas que participaram como escutadas e que nos deram uma verdadeira aula de superação, motivação e garra, nos permitindo ouvi-las em um bate papo de muito aprendizado.

O Cruzando Histórias é uma organização sem fins lucrativos, que tem como missão quebrar as barreiras de isolamento e não pertencimento de mulheres no mundo do trabalho, através da valorização de suas histórias, reconhecimento e acolhimento empático.

Se você atua em empresas conscientes na luta pela inclusão das mulheres no mercado de trabalho, não deixe de conhecer as oportunidades de investimento social e todos os projetos de voluntariado corporativo.

#mercadodetrabalho #mulheresempoderadas #recolocacao #inclusao #motivação #voluntariado #ods5 #ods10

Visualizar tradução

Stella Aguiar Coach
100 seguidores
2 h • Editado •
+ Seguir

Obrigada Cruzando Histórias, Bia Diniz e Marisa Santos, por me permitirem fazer parte deste projeto tão lindo. Por terem me dado a oportunidade de transmitir meus conhecimentos, e porque não, minhas dúvidas, para mulheres tão incríveis que são as suas Escutadas.

Para que não conhece este projeto, a Cruzando Histórias é uma organização sem fins lucrativos, com a missão de quebrar as barreiras de isolamento e não pertencimento de mulheres no mundo do trabalho, por meio do acolhimento empático, reconhecimento e valorização de suas histórias.

Os projetos promovem a autoestima e o empoderamento de mulheres que buscam se (re)inserir em atividades que geram renda — trabalho e empreendedorismo —, para que possam atingir a autonomia pessoal e financeira.

Lindo projeto!! Que esta tenha sido somente uma etapa da minha conexão com vocês! #empreendedorismo #trabalho #mulheres

Visualizar tradução

Você e mais 12 pessoas

Jacke Araujo • 1º
Team Leader | Tech Recruiter | Mentoria em Orientação de Carreira
20 h • Editado •

Sempre gostei de falar sobre carreira, até porque, o processo que passei para migrar de área, trouxe muitos aprendizados, que faço questão de compartilhar e trocar com as pessoas, e sempre buscava maneiras de viabilizar isso.
Quando chegou a Pandemia, me vi com mais tempo livre do que eu gostaria e ao mesmo tempo conheci a Cruzando Histórias oferecendo um momento de #Escutação (momento de conversa) para os muitos que naquele período perdeu seus empregos, e precisando de voluntários, devido a grande demanda. E foi a oportunidade perfeita para me sentir útil em um momento que não se tinha muito o que fazer pelo outro.
Fui aceita como #voluntaria e desde então, todos os meus momentos como Escutadora foram muito gratificantes para a Jacke profissional e pessoa, pois desenvolvi a #empatia, #comunicacaonaoviolenta, o #respeito ao próximo e tantas outras habilidades para lidar melhor com as pessoas.
Entrei pra ajudar e fui ajudada!
É isso que o voluntariado faz, nos surpreende, nos ensina e nos fortalece.
Agradeço a Bia Diniz pela iniciativa com a #CruzandoHistorias e a Marisa Santos por toda gestão e apoio as voluntária ❣

Mais um ciclo entregue, e que venha muitos outros 🚀

Visualizar tradução

Clique nas imagens para ver os detalhes

Voluntárias
EscutAção Psicoterapia Breve

@cruzandohistorias

O EscutAção Psicoterapia Breve em grupo, aconteceu entre março/2022 e junho/2022.

Contamos com o engajamento de 10 psicólogas voluntárias e 1 psicóloga da Cruzando Histórias.

Vamos conhecer os resultados do projeto?

EscutAção Psicoterapia Breve

O **EscutAção Psicoterapia Breve** consistiu em encontros em grupo de até 6 mulheres assistidas e uma psicóloga voluntária ou grupo presencial de até 10 mulheres assistidas conduzido pela psicóloga da Cruzando Histórias.

Os grupos compõem 4 sessões com duração de 1 hora e 30 minutos, 1 vez por semana.

Durante este período foram abordados temas como:

- Autoconhecimento
- Desenvolvimento de inteligência emocional
- Treinamento e conscientização para a redução de crenças limitantes

Inscrições e atendimentos

210
vagas

205
inscritas

96
mulheres atendidas

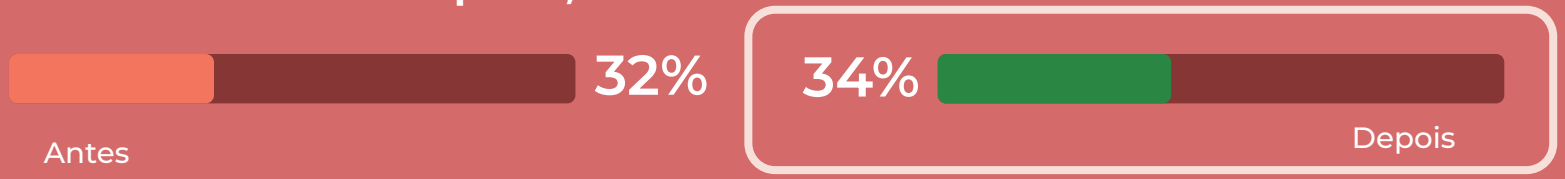
108
Faltas e Desistências

Faltas: Quantas inscritas agendaram, faltaram e não compareceram mais aos encontros;
Desistências: Quantas inscritas desistiram de participar ao serem contatadas para o agendamento.

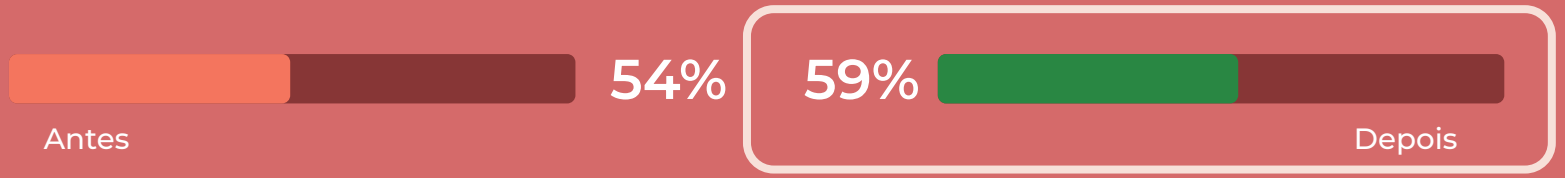
Como estavam os sentimentos e emoções

Cruzando Histórias

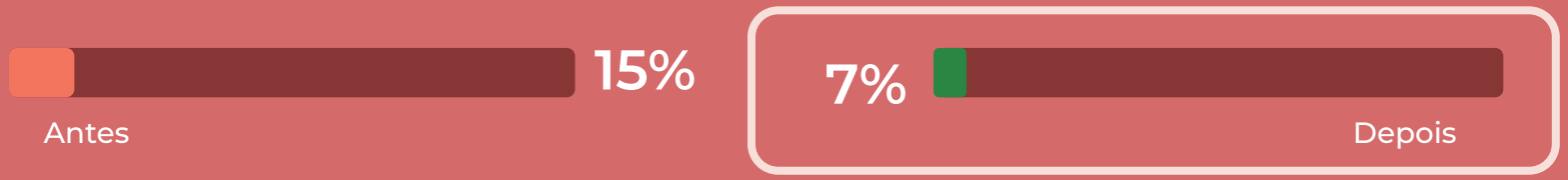
Tranquilos, me sinto estável e fortalecida



Tranquilos, mas tenho momentos de instabilidade emocional



Conturbados

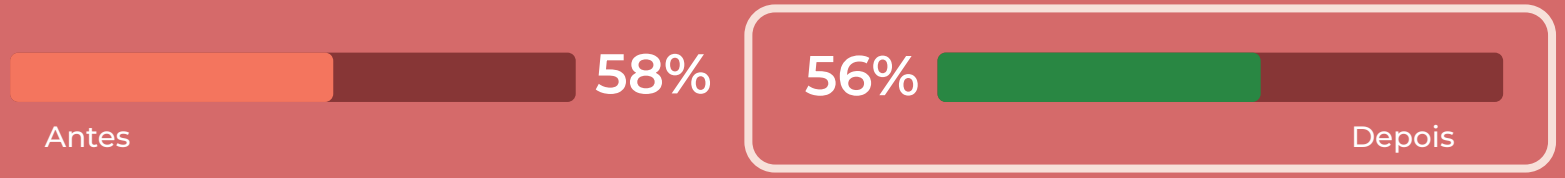


Os valores de antes são referentes as avaliações realizadas após o EscutAção e os depois, após a participação nos grupos de psicoterapia breve.

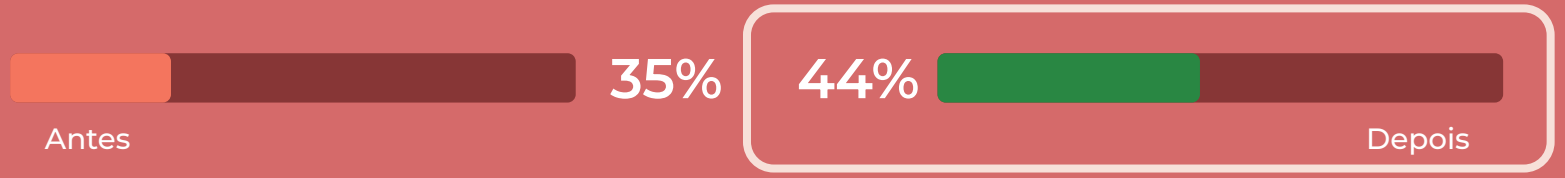
Cruzando Histórias

Reconhecimento do valor da história profissional

Minha história tem valor!



Estou voltando a acreditar em mim



Sou só mais uma na multidão

Os valores de antes são referentes as avaliações realizadas após o EscutAção e os depois, após a participação nos grupos de psicoterapia breve.

Cruzando Histórias

Nível de autoconfiança

ANTES

4,0

DEPOIS

4,0

Depois de passarem no EscutAção avaliaram seu nível de autoconfiança em 4 e conseguimos manter esse nível de autoconfiança após os grupos de Psicoterapia Breve

Em uma escala de Zero a Cinco

Depoimento das assistidas

Avaliação do EscutAção Psicoterapia Breve
pelas assistidas foi de

9,7/10

Recebemos diversos depoimentos contando sobre como o grupo de psicoterapia breve foi importante na recuperação da autoestima e sobre como se sentiram mais confiantes para conquistar um emprego.

Depoimento das assistidas

Cruzando Histórias

“EscutAção - Psicoterapia Breve foi um presente de Dia das Mães, quando fui nem tinha ideia do que seria ou o q esperar. Fui surpreendida, na EscutAção a prestar atenção na minha história, a aceitar e rever alguns pensamentos e a proposta da Psicoterapia Breve. Nunca havia feito psicoterapia em grupo e on LINE mas estava aberta a proposta . Conheci três pessoas com histórias/momentos incríveis, com suas dores, dificuldades, assim como eu. E uma psicóloga acolhedora, firme em nos guiar neste momento. Revisamos nossas inseguranças, medos e ansiedades, nossas fortalezas (reconhece-las e acolhe-las) nossas habilidades, nossos objetivos . Agradeço a CH por me proporcionar este momento de desenvolvimento e crescimento. .”

S.M.S.

Depoimento das assistidas

“Jessica foi maravilhosa, só tenho a agradecer por sua escuta, conselhos e ajuda. Sua forma leve de conduzir as conversas foram essenciais para que eu pudesse "me soltar" e dividir minhas experiências. Foram momentos de muita importância pra auto conhecimento, aprendi a enxergar coisas boas em mim que antes não via e também entendi meus pontos a melhorar. Obrigada CH, vocês são incríveis!”

N.T.S.

“O projeto me trouxe a possibilidade de enxergar alguns comportamentos que precisam ser mudados ou corrigidos em mim. Além disso, poder ouvir a história das demais participantes juntamente com as análises, exemplos e conceitos colocados pela profissional Lilian, mas situações, também contribuem para um aprendizado, crescimento e formação de pensamentos e atitudes. Agradeço pela oportunidade de participar de mais esse projeto da CH, e aos poucos ir me descobrindo e fortalecendo o que sozinha muito provavelmente não conseguiria. Gratidão!.”

I.M.M.

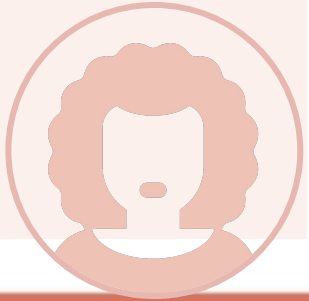
Depoimento das assistidas

“A Priscila é uma psicóloga maravilhosa, ela consegue traduzir o que você tenta expressar em palavras motivadoras e sempre aponta caminhos alternativos para seguir. Sua disponibilidade em ajudar e realmente estar lá para o grupo é impar e eu saio da psicoterapia mais forte, evoluída e com a certeza de que minha história conta, que sou forte e capaz de enfrentar todos os desafios. Através dela consegui iniciar a jornada do autoconhecimento, que seguirei por toda minha vida. Gratidão eterna Priscila e Cruzando História! Vocês fizeram toda a diferença numa fase tão conturbada e desafiadora pela qual passo no momento!”

A.U.

“Com a participação na EscutAção Psicoterapia Breve estou reaprendendo a gostar de mim e a valorizar minhas competências. Essa psicoterapia foi um processo que gerou (e acredito que continuará gerando) muitas reflexões em mim. Eu gostei muito de poder escutar outras mulheres que estão passando pelo mesmo que eu, pois às vezes é difícil encontrar apoio dos nossos familiares e amigos. A psicóloga Raissa trouxe apontamentos muito pertinentes e de forma muito empática e respeitosa. Muito feliz por ter descoberto a Cruzando Histórias!.”

L.S.R.S.



Perfil das Voluntárias

10 Voluntárias

Psicólogas

60% São Paulo
20% Minas Gerais
10% Bahia
10% Distrito Federal

Impacto do EscutAção
Psicoterapia Breve para as voluntárias

Perguntamos para as **psicólogas voluntárias,** quais **habilidades e competências** elas perceberem que puderam desenvolver com a **experiência de voluntariado** e as **5** principais foram:

- **Comprometimento social**
- **Comunicação consciente**
- **Empatia**
- **Capacidade de lidar bem com situações e sentimentos ruins**
- **Autoconfiança e automotivação**

Avaliação do EscutAção Psicoterapia Breve

A nota da avaliação geral de experiência de voluntariado no EscutAção Psicoterapia Breve foi de

9,7/10

Recebemos depoimentos contando sobre como a experiência com o voluntariado foi importante.

Depoimento das psicólogas

“Adorei participar do projeto. Acho valioso a oportunidade oferecida às mulheres de cuidar de si e então estar melhor colocada dentro do mercado de trabalho. Das mulheres que pude atender, acredito que sementes importantes poderiam ser plantadas. Além disso também aprendi muito com cada história ouvida.”

Patricia Camargo Antoninho

Depoimento das psicólogas

“Foi uma experiência incrível e muito significativa pra mim, poder apoiar e ajudar outras mulheres é algo que me fez muito bem, aprender com cada uma e com suas histórias de vida e poder fazer “rodar” a palavra entre elas, ver o desenvolvimento e evolução, tanto por mim quanto por elas mesmas, além de mostrá-las suas potencialidades e o que poderia ser melhor trabalhado. Além disso, acho muito importante as reuniões entre as voluntárias, principalmente para podermos discutir o que trabalhamos nos nossos grupos e compartilhar sentimentos e processos que ocorreram nos enriquece enquanto profissional.”

Raissa Araújo

Depoimento das psicólogas

“Foi uma honra participar deste projeto e iniciativa , poder contribuir com o Empoderando das mulheres e ser um agente de transformação na vida delas dá sentido na minha vida! Obrigada à vocês oportunidade e confiança.”

Priscila Alcassa

“Sempre me surpreendo com o alcance e efetividade do trabalho. Essa troca me enriquece pessoal e profissionalmente. Sou muito grata por faz parte.”

Liliam Pajtak

Depoimento das psicólogas

“É muito especial este trabalho. Tenho muito orgulho de ter encontrado a Cruzando Histórias.”

Edlane Álvares

“Participar deste programa é incrível! Me proporciona autodesenvolvimento e crescimento pessoal e profissional, ao mesmo tempo que contribuo com o acolhimento e desenvolvimento de outras mulheres. Muito obrigada pela oportunidade.”

Tatiane Camargo

Agradecimentos

Agradecimento CH

O EscutAção é a entrega do cuidado para mulheres que estão fragilizadas emocionalmente e se sentindo sós, por conta do desemprego. Um projeto que transborda profissionalismo, e também carinho.

Ter conquistado o recurso para o projeto através do Matchfunding, foi importante pois era a realização não só da Cruzando Histórias e do Grupo RD, mas de mais de 500 doadores. Quinhentas pessoas que acreditaram na proposta, e possibilitaram essa entrega tão valiosa. Obrigada à todas e todos!

Bia Diniz
Fundadora e Presidente

Agradecimento CH

O EscutAção foi uma experiência incrível e fortalecedora, para as mulheres participantes, as voluntárias e a equipe da CH.

Cada escuta nos possibilitou cruzar nossas histórias com histórias de mulheres reais com experiências de vida diferentes da nossa, como dizemos por aqui, saímos da bolha.

Agradeço a parceria, tornarem possível o acolhimento de mulheres sem trabalho e sem renda, preparando-as para (re)inserção no mercado de trabalho.

Marisa Santos
Gerente de Projetos e Líder do EscutAção (Orientação de Carreira)

Agradecimento CH

Atender e liderar o time de psicólogas que atuam com os grupos de psicoterapia breve é muito gratificante, pois a cada grupo consigo entender mais as necessidades das mulheres que atendemos e consequentemente melhorar cada vez mais nosso serviço.

Sinto que o grupo proporciona uma troca muito grande entre as mulheres, do qual gera pertencimento, aumento da autoconfiança e motivação para seguir em busca dos objetivos.

Nossa equipe de psicólogas voluntárias é muito engajada, preparada e se mostra sempre aberta a conversas e trocas para o desenvolvimento do projeto.

Jéssica Sano
Líder das Psicólogas - EscutAção Psicoterapia Breve

Escutação

Cruzando Histórias

OBRIGADA

RaiaDrogasil S.A.

benfeitoria

Todo Cuidado Conta