

**MANUAL  
DO  
MULTIPLICADOR**



**ADOLESCENTE**



MINISTÉRIO DA SAÚDE  
Secretaria de Políticas de Saúde  
Coordenação Nacional de DST e Aids

Manual do Multiplicador:  
Adolescente

Brasília  
2000

© 2002. Ministério da Saúde

Permitida a reprodução total ou parcial, desde que citada a fonte

Tiragem: 5.000 exemplares

Edição, distribuição e informação:

Ministério da Saúde  
Secretaria de Políticas de Saúde Coordenação  
Nacional de DST e Aids Esplanada dos  
Ministérios, Bloco G – Sobreloja  
Brasília, DF – CEP 70.058-900 Tel.: (61 )  
225 7559  
Telefax: (61)

*e-mail:* [aids@aids.gov.br](mailto:aids@aids.gov.br)

*home page :* [www.aids.gov.br](http://www.aids.gov.br)

**Paulo R. Teixeira**

Coordenador

Coordenação Nacional de DST e Aids

**Elaboração:** Unidade de Prevenção/CN-DST/AIDS

**Edição:** Assessoria de Comunicação/CN-DST/AIDS

Publicação financiada com recursos do Projeto 914/BRA59 UNESCO e CN-DST/AIDS-SPS/MS

Brasil. Ministério da Saúde. Coordenação Nacional de DST e Aids  
Manual do multiplicador : adolescente / Ministério da Saúde,  
Coordenação Nacional de DST e Aids. – Brasília : Ministério da Saúde, 2000.

160 p.

ISBN – 85-334-0319-4

1. AIDS – Prevenção – Treinamento – Adolescente. 2. **DST** –  
Adolescentes – Treinamento. 1. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de  
Saúde. II. Título.

CDU 616.97 (81)-053.6  
NLM WC 503.6  
CB8

---

# SUMÁRIO

---

<b>Apresentação</b> .....	7
<b>Introdução</b> .....	9
<b>Oficina de Trabalho Para a Prevenção às Doenças Sexualmente Transmissíveis e Aids Dirigida a Adolescentes</b> .....	11
<b>CAPÍTULO I - SEXUALIDADE E ADOLESCÊNCIA EM TEMPOS DE AIDS</b> .....	15
<b>Sexualidade e Adolescência em Tempos de Aids</b> .....	17
<b>O Que os Adolescentes Querem Saber Sobre Sexualidade?</b> .....	21
Dinâmica: A visita do E.T .....	23
<b>Sexualidade na Adolescência</b> .....	25
Dinâmica: O Semáforo .....	26
<b>Sexualidade e Curiosidade</b> .....	27
Dinâmica: Expressando a Sexualidade .....	28
<b>Relações de Gênero</b> .....	29
Dinâmica: Por que Tanta Diferença? .....	30
<b>Imagem Corporal</b> .....	31
Dinâmica: Espelho Mental .....	32
<b>Curtindo o Meu Corpo</b> .....	35
Dinâmica: Beleza e Idealização .....	36
<b>Como eu me Sinto</b> .....	37
Dinâmica: Eu me Gosto .....	38
<b>Meus Valores</b> .....	39
Dinâmica: A Escada .....	40
<b>Tomada de Decisão</b> .....	41
Dinâmica: Casos e Acasos .....	42
Exemplos de Situações .....	43
Ficha Para Tornada de Decisão .....	44
<b>Sabendo Dizer Não</b> .....	45
Dinâmica: A Balança .....	46
<b>Evitando a Gravidez Inoportuna na Adolescência</b> .....	47
Dinâmica: Cuidando do Ninho .....	48

<b>Roteiro Para Debate: Gravidez na Adolescência</b> .....	49
<b>Sexo Seguro</b> .....	51
<b>Preservativo Masculino (Camisinha)</b> .....	53
Dinâmica: Vestindo-se Para a Festa .....	54
<b>CAPÍTULO II - PREVENÇÃO ÀS DST/AIDS</b> .....	57
<b>Prevenção às DST/Aids</b> .....	59
<b>Estereótipos</b> .....	61
Dinâmica: A Semente .....	62
Dinâmica: Jogo das Aparências .....	63
<b>Medos Relacionados com a Aids</b> .....	65
Dinâmica: A Roda da Surpresa .....	66
Dinâmica: Nunca Vi Meu Parceiro - Quero Transar! .....	67
<b>Transmissão do HIV e das DST</b> .....	69
Dinâmica: Contatos Pessoais .....	70
<b>Reflexão Sobre HIV/Aids</b> .....	73
Dinâmica: O Que Pensamos Sobre as DST e a Aids .....	74
<b>Vivendo com HIV/ Aids</b> .....	75
Dinâmica: Refletindo Sobre Sentimentos .....	76
Dinâmica: O Ganho da Reconstrução .....	77
<b>Discriminação n<sup>79</sup></b> .....	
Dinâmica: E A Canoa Virou .....	80
Dinâmica: Revivendo .....	81
<b>Solidariedade</b> .....	83
Dinâmica: Aids no Mundo do Adolescente .....	84
Dinâmica: O Trem da Solidariedade .....	85
<b>Principais Dificuldades Encontradas no Trabalho Educativo de Prevenção ao HIV/Aids</b> .....	87
<b>CAPÍTULO III - PREVENÇÃO AO USO INDEVIDO DE DROGAS</b> .....	93
<b>Prevenção ao Uso Indevido de Drogas</b> .....	95
Dinâmica: Amarras .....	96
<b>O Que é Droga?</b> .....	97
Dinâmica: Jogo dos Balões .....	98
<b>Facilitando a Expressão de Mensagens</b> .....	99
Dinâmica: Mensagem .....	100
<b>Mudança</b> .....	101
Dinâmica: Jogo das Fitas .....	102

<b>Identificação com o Grupo</b> .....	103
Dinâmica: Descontração .....	104
<b>Pressão de Grupo</b> .....	105
Dinâmica: Dentro e Fora .....	106
<b>Mecanismo de Defesa</b> .....	107
Dinâmica: A Bengala .....	108
<b>Elaboração e Construção de Tarefas</b> .....	109
Dinâmica: Jogo dos Bastões .....	110
<b>A Fantasia da Droga</b> .....	111
Dinâmica: Fantasma/Bomba .....	112
<b>Ritual do Uso de Drogas</b> .....	113
Dinâmica: O Ritual .....	114
<b>Refletindo Sobre a Dependência</b> .....	115
Dinâmica: A Bolsa .....	116
<b>Realidade Familiar</b> .....	117
Dinâmica: Cama, Mesa, Bebê .....	118
<b>A Família Convivendo com Drogas</b> .....	119
Dinâmica: O Rastro .....	120
<b>Posturas</b> .....	121
Dinâmica: Fantoques (Bonecos) .....	122
<b>Solidariedade</b> .....	123
Dinâmica: A Trilha .....	124
<b>Feliz Adolescer</b> .....	125
Dinâmica: Adolescer .....	127
Dinâmica: A Forma .....	128
<b>ANEXO</b> .....	129
<b>DINÂMICAS DE DESCONTRAÇÃO</b> .....	131
Dinâmica: A Rede .....	133
Dinâmica: Jogo do Toque .....	134
Dinâmica: Mensagem nas Costas .....	135
Dinâmica: A Tempestade .....	136
Dinâmica: Balão no Pé .....	137
Dinâmica: Dançando com Balões .....	138
Dinâmica: Mudança de Código .....	139
Dinâmica: Jogo do Jornal .....	140

<b>DINÂMICAS SOBRE AUTO-ESTIMA</b> .....	141
Dinâmica: Origem do Nome .....	143
Dinâmica: As Máscaras .....	144
<b>DINÂMICA SOBRE MÉTODOS CONTRACEPTIVOS</b> .....	145
Dinâmica: As Cores da Prevenção .....	147
<b>BIBLIOGRAFIA</b> .....	149
<b>FICHA TÉCNICA</b> .....	153
<b>AGRADECIMENTOS</b> .....	157

---

# APRESENTAÇÃO

---

Este manual foi desenvolvido para proporcionar aos educadores as ferramentas metodológicas básicas para desenvolvimento de um programa de capacitação de monitores adolescentes em atividades educativas de prevenção às DST/aids.

Como educadores, muito temos a trabalhar para que nossos jovens aprendam a se proteger da infecção pelo HIV e de outras doenças sexualmente transmissíveis (DST).

A crença de que a educação sexual, a educação para prevenção às DST/aids e a orientação para o uso de preservativos nas relações sexuais podem encorajar a atividade sexual nos adolescentes, funciona, não raramente, como uma barreira para a introdução de programas de prevenção às DST/aids nas escolas.

Na realidade, os jovens estão diariamente expostos a mensagens implícitas e/ou explícitas sobre sexo e sexualidade e interpretam, à sua maneira, essas informações, sejam elas educativas ou não, podendo responder diferentemente (com negações, descrenças, esquecimentos ou assimilação errada) à mesma mensagem.

Experiências individuais mostram que a educação sexual é mais efetiva quando ministrada antes de se iniciar o envolvimento sexual e que esse processo, na maioria das vezes, retarda o início da atividade sexual, reduz o número de doenças sexualmente transmissíveis, parceiros sexuais e gravidez não planejada.

A gravidade da aids e a escalada das doenças sexualmente transmissíveis não permitem contemporização; dão a urgência para motivar e encorajar os jovens a adotarem práticas seguras para evitar a transmissão das doenças sexualmente transmissíveis e da aids. O trabalho de prevenção dessas doenças, desenvolvido nas escolas e outras instituições, pode ajudar crianças e adolescentes a terem uma visão positiva da sexualidade, a desenvolverem uma comunicação clara nas relações interpessoais, a elaborarem seus próprios valores a partir de um pensamento crítico, a compreenderem o seu comportamento e o do outro e a tomarem decisões responsáveis, desenvolvendo conhecimentos e atitudes em questões relacionadas à sexualidade, DST e aids, que propiciem a escolha de um modo de vida saudável.

**Paulo R. Teixeira**  
Coordenador  
Coordenação Nacional de DST e Aids  
Ministério da Saúde



---

# INTRODUÇÃO

---

Muito se tem falado e mostrado sobre sexo, aids e drogas nos últimos anos.

Os adolescentes têm dúvidas e questionamentos sobre esses assuntos e necessitam ser respondidos de maneira franca e simples.

A educação sobre a prevenção das doenças sexualmente transmissíveis (DST), incluindo a aids, para adolescentes, deve ser iniciada a partir do que eles conhecem, ouvem, têm visto e do que pensam que sabem sobre o assunto.

Ao invés de esperar que eles aprendam tudo o que achamos que eles precisam saber, podemos ensiná-los a refletir sobre as informações que já receberam, aprender a manejá-las e tomar decisões seguras para suas vidas.

Os adolescentes devem ter consciência de sua responsabilidade para consigo e para com os outros. Uma dessas responsabilidades é compreender a natureza e as causas das DST e da aids, e proteger-se a si e aos outros dos riscos de infecção.

O HIV e as DST são transmitidos, principalmente, por meio da relação sexual sem proteção. Por essa razão, os adolescentes precisam aprender sobre aids no início da adolescência, quando estão tomando consciência da sua sexualidade.

Entretanto, a maioria dos adolescentes não se considera vulnerável ao risco de infecção pelas DST e pelo HIV, e vê a sexualidade como uma questão romântica.

Portanto, a educação sexual e a educação para prevenção às DST e aids iniciadas precocemente, podem levar a um adiamento do início das atividades sexuais dos adolescentes que ainda não tiveram relações sexuais ou à adoção de práticas mais seguras daqueles que são sexualmente ativos.

O manual é constituído por 3 unidades: Sexualidade, Prevenção às DST/ Aids e Prevenção ao Uso Indevido de Drogas.

Em cada unidade, são apresentadas dinâmicas de trabalho de grupo, que utilizam como metodologia a educação por meio de trocas de experiências, vivências, conhecimentos e atitudes. Procura-se identificar o saber que cada adolescente traz para, a partir disso, introduzir ou aumentar a percepção de risco e orientar a adoção de práticas seguras.



**OFICINA DE TRABALHO PARA A  
PREVENÇÃO ÀS DOENÇAS  
SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS  
E AIDS DIRIGIDA A  
ADOLESCENTES**

## Proposta Educativa

O processo de capacitação visa a criar mudanças positivas de atitudes através da própria percepção de cada participante.

Para o desenvolvimento desse processo, é importante levar em consideração o conhecimento e as experiências dos participantes, e, a partir disso, desenvolver habilidades para trabalhar com o grupo.

## O Processo Educativo Por Meio da Participação

Procuramos desenvolver um processo de teorização a partir da prática, não como substituição do conteúdo teórico, mas como um processo sistemático, ordenado, progressivo, no ritmo dos participantes, permitindo que eles descubram os elementos teóricos através das técnicas e consigam se aprofundar gradativamente, de acordo com o nível de avanço do grupo.

O processo de teorização permite que coloquemos o cotidiano, o imediato, o individual e o parcial dentro do social, do coletivo, do histórico e do estrutural.

Podemos dizer que a teoria se torna um guia para uma prática transformadora.

As técnicas devem ser participativas para proporcionarem um processo de aprendizagem, por meio do qual queremos:

- ♦ desenvolver um processo coletivo de discussão e reflexão;
- ♦ permitir coletivizar o conhecimento individual de modo que venha a potencializar o conhecimento de todos;
- ♦ permitir desenvolver uma experiência de reflexão educativa comum;
- ♦ permitir a criação coletiva do conhecimento, de cuja elaboração todos nós participamos.

## Por que Utilizar Dinâmicas Participativas?

A utilização de dinâmicas participativas busca tornar mais simples e até mesmo divertida a reflexão sobre um tema tão difícil como DST/aids.

Procuramos, através das técnicas, proporcionar aos alunos uma melhor compreensão e assimilação do tema.

Temos uma grande preocupação com a formação do multiplicador e do monitor, uma vez que eles são os responsáveis pelo processo educativo, muito importante na prevenção às DST/aids entre os adolescentes.

Quando falamos de processo educativo, estamos nos referindo a uma forma específica de trocar conhecimentos e refletir sobre mudanças de atitude. É um processo que implica uma concepção metodológica por meio da qual ele se desenvolve.

Nesse processo de formação de multiplicadores, pensamos que o fundamental não está no uso isolado das dinâmicas participativas, mas na concepção metodológica, que orienta o processo educativo.

A técnica, por si só, não é formativa nem tem caráter pedagógico. Ela funciona como ferramenta educativa, devendo ser utilizada em função de um tema específico e com um objetivo concreto.

## Como Utilizar as Dinâmicas

Como já foi referido anteriormente, as dinâmicas são uma ferramenta, por isso temos de saber para que servem, quando e como devem ser utilizadas e que precisam estar sempre relacionadas com o objetivo.

Quando escolhemos uma dinâmica, devemos ter claro qual objetivo queremos atingir com ela, por isso devemos relacionar a técnica com o objetivo e determinar a atividade a seguir para sua aplicação, de acordo com o número de participantes e o tempo disponível.

Quando utilizamos qualquer dinâmica, ela nos dá elementos que motivam a discussão, por isso temos que ter claro onde queremos e podemos chegar com essa técnica. Portanto, devemos conhecer bem a técnica, saber utilizá-la no momento certo e saber conduzi-la corretamente para evitar imprevistos dentro do grupo de trabalho.

Uma única dinâmica muitas vezes não é suficiente para trabalhar um assunto. Devemos ter conhecimento de outras dinâmicas de grupo que possam permitir um aprofundamento do tema em questão, bem como entender e conhecer as possibilidades e limites de cada uma delas.

As técnicas devem ser fáceis e estar ao alcance de todos para que sejam utilizadas com criatividade.



## **CAPÍTULO I**

# **SEXUALIDADE E ADOLESCÊNCIA EM TEMPOS DE AIDS**

### **CAPÍTULO I - SEXUALIDADE E ADOLESCÊNCIA EM TEMPOS DE AIDS**

Sendo a via sexual uma das formas de transmissão do HIV, saber mais e corretamente a respeito da sexualidade tornou-se uma necessidade para o adolescente. Seu enfoque educativo vai além dos debates sobre práticas sexuais e comportamentos de risco, pois estimula o repensar sobre valores, atitudes internalizadas e ações que se exteriorizam no contexto sociocultural.



---

# SEXUALIDADE E ADOLESCÊNCIA EM TEMPOS DE AIDS

---

O crescente aumento dos casos de infecção pelo HIV entre os adolescentes e a inexistência ou pouca eficiência dos registros de casos de doenças sexualmente transmissíveis (DST), o pouco conhecimento dos jovens em assuntos relacionados com a sexualidade, a idéia de que a aids e as DST estão associadas apenas aos homossexuais masculinos, usuários de drogas injetáveis e prostitutas, e os programas educacionais insuficientes ou inadequados tornam a questão da prevenção às DST/aids entre a população jovem altamente preocupante. Some-se a isso o fato de o adolescente acreditar que tudo pode acontecer com os outros, menos com ele.

Abordar questões sobre sexualidade, antes de se iniciar uma discussão sobre as DST/aids, torna-se uma necessidade, uma vez que os adolescentes vêm demonstrando um apelo à sexualidade em idades mais precoces, adotando práticas e/ou comportamentos que os deixam sob maior risco de infecção pelo HIV e outras DST sem se considerarem sujeitos à infecção.

Questões sobre papéis sociosexuais, desejos e pulsões, resposta sexual, mitos, tabus e crendices sexuais, inadequações e disfunções, comportamentos sexuais alternativos saíram da clandestinidade e estão desencadeando discussões acaloradas nos lares, nas escolas, nas ruas e na mídia em geral. Ora de forma direta, clara, ora com deformações, deixando os jovens freqüentemente desorientados com o excesso de informações recebidas.

Sendo a via sexual uma das formas de transmissão do HIV, saber mais e corretamente a respeito da sexualidade tornou-se uma necessidade geral. Seu enfoque educativo vai além dos debates sobre práticas sexuais e comportamentos de risco, pois estimula o repensar sobre valores, atitudes internalizadas e ações que se exteriorizam no contexto sociocultural.

As dinâmicas que se seguem têm por objetivo oferecer, de forma mais fácil e, com certeza, mais interessante, conceitos pertinentes à sexualidade responsável, pois temos por objetivo-alvo o sexo seguro, ou seja, a prevenção às DST, com enfoque principal para a aids. São dinâmicas que visam basicamente ao adolescente, embora muitas delas possam também ser praticadas com adultos, obtendo-se resultados bastante favoráveis.

Leituras complementares também são necessárias. A base teórica adquirida irá suprimir os pontos de interrogação surgidos durante a dinâmica utilizada.

## PARA REFLEXÃO

Do **conhecimento**, para se chegar à **ação**, passa-se pelo **sentimento**.



**ADOLESCER**

**“Boneca, carinhos...  
Bonecos, aviões.  
Cabeça confusa,  
Responsabilidade, rebeldia,  
Som, música, sexo, transa,  
Diversão, namoro...  
Indecisão, atração, enrolação...  
Confusão, amor, paixão, medo.  
Muito criança,  
Muito adulto,  
Muita responsabilidade,  
Muito futuro em jogo...  
Decisão certa, decisão errada...  
Futuro perdido...Vida perdida,  
Vida ganha,  
Pensar demais, decidir demais  
Vida jogada fora..., ou...  
Vida vivida”.**

(Tatiana Britto da Silveira, 14 anos, Belém - Pará, 1994).



---

## O QUE OS ADOLESCENTES QUEREM SABER SOBRE SEXUALIDADE?

---

**“Quero saber de tudo, mas sem afobamento”.**  
(Camila Soares, 16 anos - O Estado de S. Paulo, A-28, 24.04.94)

### O QUE NÓS, PAIS E PROFESSORES, ACHAMOS QUE OS JOVENS DEVEM SABER SOBRE SEXO?

**Querer saber** por parte dos adolescentes e **dever saber** por parte dos adultos podem originar **desencontros** nos programas educativo-preventivos. Motivos há para isso:

- ♦ adultos que se omitem, argumentam que se sentem despreparados.

A questão do despreparo pode passar pela insuficiência de conhecimentos, como também pelo receio de defender valores conservadores e pela história de cada pessoa. É importante que os pais explicitem suas opiniões, que servem como referenciais para os jovens refletirem. Por isso, afirmamos que:

#### INFORMAR + REFLETIR = FORMAR

A **informação** pode ser a mesma para todos, mas a **reflexão** é individual, levando cada pessoa a **formar** posturas personalizadas:

- ♦ os pais que trabalham, alegam falta de tempo, transferindo a responsabilidade para a escola;
- ♦ pais e educadores estão confusos com a liberalização dos costumes.

Falta de tempo é outro ponto discutível. Daí os pais descartarem o privilégio de serem os primeiros educadores sexuais.

Quando os pais transferem para os professores a responsabilidade pelo processo de educação da sexualidade, pressupõem que os mestres, em geral, estejam atualizados quanto ao tema e preparados metodologicamente. Esse é um processo longo de capacitação que está em curso.

Retornando à indagação inicial — “querer saber” e “dever saber” — pode-se correr o risco de impor aos jovens conteúdos com conotações moralistas, alertando-os para os perigos da sexualidade, para a contenção do prazer ou para o lado unicamente patológico, sem levar em conta os sentimentos, as emoções e posturas que o indivíduo tem frente a sua sexualidade.

**“O problema é que todo mundo quer ensinar tudo ao mesmo tempo, mas não nos dão tempo nem para pensar”.**

(Gustavo Henrique da Costa, 16 anos - O Estado de S. Paulo, A - 28,24.04.94)

Tentando resolver tanta coisa em tão pouco tempo, estamos, freqüentemente, bombardeando nossos jovens com um excesso de informações que são, muitas vezes, desconstruídas e até confusas. Eles acabam acumulando muitas informações “avulsas” e desconexas sobre sexualidade e sexo, mas não conseguem contextualizá-las adequadamente. Trabalhar com a sexualidade não é apenas jogar ou lançar informações. É, antes de tudo, aprender a aceitar as diferenças e semelhanças próprias de cada indivíduo.

Assim, é pertinente elaborar um planejamento de programa, levantando focos de interesse junto aos adolescentes, levando em consideração que esses focos estarão sendo permeados por diferenças culturais, de crenças religiosas e de fases do desenvolvimento.

Devemos lembrar que a sexualidade não se impõe, pois é um processo. E em todo processo existe um aprendizado constante do indivíduo como ser integrante do universo.

## DINÂMICA: A VISITA DO E.T.

---

Adolescente

### **Objetivo:**

Levantar questionamentos relativos à sexualidade, desvinculados de um contexto sociocultural.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla, 5 cartolinas, 5 pincéis atômicos, fita crepe, adereço para cabeça.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - O facilitador pedirá a todos que caminhem pela sala.
- 2 - Ele avisará que chegaram E.T.s na Terra e gostariam muito de saber sobre a sexualidade dos humanos.
- 3 - O facilitador comentará que apareceram 5 jornalistas para conversar com os E.T.s e colocará crachás com a inscrição "Imprensa" em 5 participantes.
- 4 - Em seguida, o facilitador pedirá que se formem 5 grupos de E.T.s, com 1 jornalista em cada grupo, sentados no chão.
- 5 - Esses 5 jornalistas irão registrando as perguntas que os E.T.s fizerem sobre a sexualidade dos terráqueos.
- 6 - Para cada grupo, serão dados 1 cartolina e 1 pincel atômico; e o(a) jornalista anotará os itens mais interessantes perguntados pelos E.T.s e irá procurar respondê-los.
- 7 - A Prefeitura também pretenderá ajudar e enviará 5 consultores da cidade para complementar as dúvidas dos E.T.s. (nesse caso, poderão ser envolvidos outros facilitadores da instituição).
- 8 - Antes de finalizar, o facilitador perguntará se as expectativas dos E.T.s foram atendidas e pedirá aos jornalistas que afixem a matéria da reportagem (as cartolinas) na parede.

### **Pontos para discussão:**

- a) Refletir se é fácil ou não falar sobre sexualidade.
- b) Por que é fácil para algumas pessoas e difícil para outras?
- c) Com quem os adolescentes se sentem mais à vontade para conversar sobre sexualidade?

### **Resultado esperado:**

Ter possibilitado a verbalização de fantasias e assuntos desprovidos das “amarras sociais”, isto é, de preconceitos, estigmas, estereótipos e crendices.



---

# SEXUALIDADE NA ADOLESCÊNCIA

---

A discussão sobre sexualidade com adolescentes é tão emocionante quanto a fase efervescente da vida em que se encontram.

Apesar de alguns julgarem que a discussão sobre sexualidade está-se tornando uma coisa normal, muitos jovens ainda sentem vergonha e medo de discutir esse assunto.

O adolescente geralmente não expõe suas dúvidas ou curiosidades sobre o assunto, por medo de ser taxado de "avançadinha" (as meninas) ou "bolha" (os meninos).

Por outro lado, há meninas que preferem discutir esse assunto sem a presença dos meninos, que também não ficam soltos na presença das meninas.

Entender e discutir os questionamentos e reflexões dos adolescentes é fundamental para o amadurecimento e desenvolvimento de atitudes responsáveis.

A sexualidade é fundamental não só para a reprodução, como também para o bem-estar do ser humano, devendo, por isso, estar relacionada a outros aspectos, como sentimentos, afeto, prazer, namoro, casamento, filhos, projetos de vida etc.

## DINÂMICA: O SEMÁFORO

---

### **Objetivo:**

Auxiliar os adolescentes a identificar suas dificuldades quanto aos temas de maior interesse em sexualidade.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla e confortável, papel-sulfite, pincéis atômicos, 3 círculos de papel cartão nas cores vermelha, amarela e verde.

Tempo: 20 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

Trabalho individual (5 minutos):

- 1 - O facilitador fornecerá folhas de sulfite, e pincel atômico para cada participante.
- 2 - Pedir a cada um que dobre em 3 partes a folha de sulfite no sentido do comprimento.
- 3 - Em cada tira de papel (ou ficha), será escrita 1 palavra que corresponda a um tema de interesse próprio sobre sexualidade. Pode-se também escrever uma pergunta, no caso de não se saber a que assunto ela pertença.
- 4 - O facilitador colocará os 3 círculos distanciados, lado a lado, no chão da sala.

Trabalho grupal (15 minutos):

- 1 - Cada participante distribuirá suas fichas pelos círculos ou "sinais do semáforo", dependendo do grau de dificuldade que sentir ao debater sobre os temas.

O sinal vermelho representa muita dificuldade sobre o assunto, o amarelo representa dificuldade média e o verde significa pouca dificuldade.

- 2 - O facilitador pedirá aos jovens que passem pelos círculos e leiam os te-mas escolhidos.
- 3 - Solicitar que as fichas sejam enfileiradas abaixo de cada círculo, em ordem decrescente de escolha.

### **Pontos para discussão:**

- a) Por que esses assuntos são importantes para os jovens?
- b) Sobre qual dos temas citados é mais difícil falar e por quê?
- c) Qual o tema mais fácil? Por quê?

### **Resultados esperados:**

Esta dinâmica permite, em poucos minutos, estabelecer o conteúdo de um curso, selecionado pelos próprios adolescentes.

É interessante discutir com eles a possibilidade de mudança da ordem dos temas, no caso de haver assuntos que são pré-requisitos para outros temas.

---

## SEXUALIDADE E CURIOSIDADE

---

Adolescente

Os adolescentes procuram satisfazer suas curiosidades de diversas maneiras. Buscam informações na mídia, com os pais, com os colegas, com alguns professores. Alugam fitas de videocassete para sessões em grupo, passam por baixo das carteiras escolares revistas ditas "pornográficas", discutem sobre a personagem da novela ser ou não hermafrodita e polemizam se a colega de classe poderia ter evitado o aborto. A situação de um pugilista que cometeu estupro e foi preso, o assédio sexual que funcionárias sofrem nos locais de trabalho e a prostituição infantil incentivada pelo turismo sexual no Brasil são alguns dos assuntos que aguçam a curiosidade dos jovens.

Todos os olhares, cheios de indagações, dirigem-se para o educador, como se perguntassem: é certo ou errado, é normal ou anormal? E a resposta simplista esperada não virá, nem o educador será obrigado a disfarçar neutralidade, pois o adolescente perceberá nas entrelinhas de seu discurso ou através da comunicação não-verbal qual é a sua postura perante os temas em pauta.

Mas o espaço para debate estará aberto, com a possibilidade de se divagar sobre sexualidade, desde a ciência sexual até a arte erótica. E lembrando sempre a existência de diferentes posturas e interpretações sobre a questão.

É importante que o facilitador tenha boa interação com o grupo e que apresente facilidade e disponibilidade afetiva para trabalhar com adolescentes dentro do contexto da sexualidade.

## DINÂMICA: EXPRESSANDO A SEXUALIDADE

---

### **Objetivo:**

Discutir com os adolescentes as manifestações da sexualidade.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla e confortável, cartolinas, folhas de papel, canetas coloridas, revistas e jornais atuais, tesouras e cola.

Tempo: 30 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

Trabalho individual:

- 1 - Pedir aos adolescentes que pensem em algo que tenham visto, ouvido, falado ou sentido sobre sexualidade.
- 2 - Solicitá-los a guardar esses pensamentos para si. Não é necessário escrever.

Trabalho em grupo:

- 1 - Formar grupos de 5 adolescentes e solicitar que conversem sobre diferentes situações em que a sexualidade é manifestada pelas pessoas no ambiente social.
- 2 - Entregar revistas, jornais, folhas de papel, canetas, tesouras e cola aos grupos.
- 3 - Solicitar os grupos a montar um painel com as figuras, os anúncios e textos que estejam relacionados com a sexualidade.
- 4 - Após a elaboração do painel, pedir a cada grupo que eleja um representante para explicar como foi o processo de discussão e de montagem do painel.
- 5 - Cada coordenador de grupo coloca seu painel em uma parede da sala e explicará para o grande grupo o seu real significado.
- 6 - Após as apresentações dos coordenadores, abrir um debate com todos os participantes.
- 7 - O facilitador poderá fazer uma síntese dos tópicos apresentados e incentivar a reflexão sobre essas manifestações da sexualidade em diferentes culturas.

### **Pontos para discussão:**

- a) Por que as pessoas confundem sexualidade com sexo?
- b) De que maneiras a sexualidade pode ser expressada?
- c) Que sentimentos podem estar envolvidos na expressão da sexualidade?
- d) O que se entende por sexualidade, sensualidade, erotismo e pornografia?

### **Resultado esperado:**

Ter esclarecido as concepções do grupo sobre sexualidade e suas diferentes formas de expressão.

---

# RELAÇÕES DE GÊNERO

---

Adolescente

**“Quem deve cuidar da casa e dos filhos é a mulher,  
o homem cuida do sustento da família”.  
(Severino, 38 anos)**

A sexualidade está muito relacionada com o papel que homens e mulheres desempenham socialmente.

A sociedade estabelece hierarquicamente papéis sociais para o homem e a mulher, nos quais, não raramente, encontramos o homem colocado em um papel privilegiado. O que a sociedade espera do homem e da mulher é o que se chama de **papel sexual**.

### **Mas o que é realmente papel sexual?**

Papel sexual é o modo de se comportar dos indivíduos do mesmo sexo.

A sociedade e a cultura de cada povo determinam como homens e mulheres vão incorporar esses papéis, e quem não segue esse padrão, muitas vezes, não é visto com bons olhos.

Antigamente, não se admitia que a mulher trabalhasse fora, usasse calças compridas e batom. Atualmente, muitas mulheres desenvolvem trabalhos iguais aos dos homens e se vestem de acordo com a conveniência, condição e ocasião.

Apesar da modernização que a estrutura social sofreu nas últimas décadas, observamos que a educação de meninas e meninos continua sendo bem diferenciada. Enquanto os meninos são educados dentro da ótica da competição e agressão, as meninas são educadas para serem delicadas e maternas.

### **E, quando chega a adolescência...**

Para a moça, vem uma série de proibições: não deve sair sozinha, não pode transar com o namorado etc. Ao passo que, para o rapaz, tudo é permitido e até estimulado: sair só, beber, fumar, voltar para casa de madrugada, ter relações sexuais.

Por isso, ao educador cabe a tarefa de desencadear a reflexão e o debate sobre os papéis sexuais carregados de estereótipos (modelos rígidos de comportamento).

Não se pretende fazer meras substituições entre as posições sociais que os homens e as mulheres ocupam, mas promover a igualdade de direitos e a equiparação de oportunidades.

## DINÂMICA: POR QUE TANTA DIFERENÇA?

---

### Objetivo:

Discutir como os participantes percebem os papéis sexuais entre homens e mulheres na sociedade.

### O que você irá precisar:

Sala ampla, folhas de papel sulfite, canetas, cartolinas ou papel manilha.

Tempo: 40 minutos.

### O que você deverá fazer:

1 - Dividir os participantes em 6 grupos:

- ♦ 03 grupos do sexo masculino;
- ♦ 03 grupos do sexo feminino.

2 - Solicitar os 03 grupos do sexo masculino a discutirem em subgrupos:

- ♦ as vantagens de ser mulher;
- ♦ as desvantagens de ser mulher.

3 - Solicitar os 03 grupos do sexo feminino discutirem em subgrupos:

- ♦ as vantagens de ser homem;
- ♦ as desvantagens de ser homem.

Após a discussão, deverão preparar uma lista com as referidas vantagens e desvantagens de ser homem ou mulher.

4 - Após a montagem da listagem, cada grupo apresenta seus resultados.

### Observação:

Nesta dinâmica de grupo, é proposital que os garotos pensem sobre as vantagens e, às desvantagens de ser mulher e vice-versa.

Dessa forma, um sexo se colocará no lugar do outro.

### Pontos para discussão:

- a) Qual a origem dessas diferenças?
- b) Como essas diferenças são vistas em outras sociedades?
- c) Como essas diferenças afetam a vida dos homens e das mulheres?
- d) Quais das vantagens de ser homem ou mulher são reais e quais são estereotipadas?
- e) É possível ser homem e exercer alguns dos tópicos listados em “mulher” e vice-versa?
- f) O que significa “masculino” e “feminino”? É o mesmo que “macho” e “fêmea”?

### Resultado esperado:

Membros do grupo terão começado a pensar sobre as diferenças dos papéis sexuais.

---

## IMAGEM CORPORAL

---

Adolescente

**“Tenho 13 anos, ainda não menstruei, mas meus seios já estão bem desenvolvidos. Só que eles não têm biquinho! Isso é normal?”**

(Revista Querida, Ano VI, N° 100)

Os adolescentes, em geral, não são bem informados sobre as mudanças físicas que experimentam e ficam com o sentimento de que não são atraentes ou normais.

A imagem corporal é a maneira como representamos mentalmente o nosso corpo. Ela é tão importante que faz parte da nossa identidade.

O foco central sobre a imagem corporal tem a ver com dois aspectos:

- 1 - o adolescente ainda não formou claramente o seu senso de identidade como pessoa;
- 2 - o adolescente ainda não tem bem estruturado o seu senso de auto-estima, decorrente de suas características pessoais, seus relacionamentos e suas realizações.

Portanto, o trabalho com adolescentes sobre aquisição de uma imagem corporal positiva é fundamental. Esta irá fortalecer o sentido de atratividade, de aceitação social, a capacidade de dar e receber afeto, a maneira como percebe a si e ao outro sexo e, principalmente, a aptidão para estabelecer e manter vínculos amorosos.

## DINÂMICA: ESPELHO MENTAL

---

### **Objetivo:**

Auxiliar o adolescente a tomar consciência da imagem que ele tem do seu próprio corpo.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla e confortável, folhas de papel sulfite e lápis, toca-fitas, música lenta.

Tempo: 50 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

Orientação geral (5 minutos):

1 - Pedir a todos os participantes que andem pela sala (descalços) ao som da música seguindo as instruções do facilitador:

- ♦ andar na ponta dos pés;
- ♦ andar apoiando o corpo no calcanhar;
- ♦ andar na chuva;
- ♦ andar em uma superfície quente;
- ♦ andar passando por uma porta estreita;
- ♦ andarem câmera lenta;
- ♦ andar em marcha ré.

Os adolescentes não deverão tocar o corpo do outro colega.

2 - Pedir a todos que parem onde estão, fechem os olhos, pensem na parte do seu corpo que acham mais bonita e atrativa, e guardem mentalmente essa imagem consigo.

Trabalho individual (10 minutos):

1 - Solicitar cada participante a sentar, a pegar sua folha de papel sulfite e a procurar esquematizar no papel a imagem captada pelo seu cérebro. Não colocar o nome.

2 - Lembrar que é somente um esquema e não um desenho artístico.

Trabalho em grupo (35 minutos):

1 - Pedir a cada participante que vire o esquema para baixo e aguarde.

2 - Quando todos terminarem, pedir que façam as folhas circularem, com o esquema para baixo.

3 - Pedir-lhes que parem de passar quando as folhas atingirem a metade do círculo, e que desvirem-nas.

4 - Cada participante, com uma folha nas mãos, comentará ou mostrará o que a pessoa conseguiu passar de sua imagem mental.

5 - Quando todos terminarem a tarefa, pedir que façam circular todos os esquemas, para serem vistos.

6 - Cada participante guardará sua folha.

**Pontos para discussão:**

- a) Os homens e as mulheres estão satisfeitos com suas formas físicas?
- b) A forma como nos sentimos em relação ao nosso corpo é influenciada pelo que as pessoas do outro sexo acham interessante ou atraente?
- c) Existem partes do nosso corpo que podemos modificar. Por que e para que?

**Resultado esperado:**

Os adolescentes terão vivenciado a oportunidade de tomar consciência das suas mudanças físicas.



---

## CURTINDO O MEU CORPO

---

Adolescente

“Me acho muito desinteressante, nada fica legal para mim.  
Eu queria ter um corpo de modelo, um cabelo bonito  
e roupas bem transadas.  
Acho que nunca vou ser bonita como as modelos.  
Será que eu ainda posso mudar?”

(Rosana, 14 anos)

Corpo e personalidade transformam-se ao mesmo tempo na adolescência. Também pudera: os hormônios sexuais aumentam rapidamente de quantidade e viajam por todo o organismo.

E aí vêm as surpresas, o não saber o que fazer para esconder ou evidenciar mais essas mudanças, que trazem ainda dúvidas sobre a normalidade de suas ocorrências. Não dá para ficar indiferente.

A síndrome do "Patinho Feio" toma conta de ambos os sexos. Surgem as comparações com os corpos dos amigos. Ser livre conflita-se com a necessidade de ser igual aos amigos.

A sociedade propõe estereótipos (modelos rígidos) de beleza. As pessoas passam a correr atrás desses modelos, que costumam ser associados ao sucesso, poder, desempenho sexual e plena aceitação social.

No entanto, é importante saber que para ser atraente e simpático(a) não é preciso ser bonito(a). O que vale é como expressamos nossos sentimentos aos outros. Mas, para isso, temos que nos gostar por inteiro e entender que nosso corpo é nosso fantástico instrumento de comunicação interpessoal. E precisamos cuidar muito bem dele.

## DINÂMICA: BELEZA E IDEALIZAÇÃO

---

### **Objetivo:**

Encorajar o adolescente a aceitar do seu próprio corpo e a entender que os ideais de beleza também são estabelecidos pela cultura.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla e confortável que permita a formação de grupos, folhas de papel sulfite, lápis ou caneta, revistas, jornais, tesouras, cola e papel pardo.

Tempo: 40 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - Formar grupos pequenos só com meninos e outros grupos só com meninas.
- 2 - Solicitar os grupos de meninos a conversarem entre si sobre o tipo de mulher que consideram ideal.
- 3 - Solicitar os grupos de meninas a conversarem entre si sobre o tipo de homem que consideram ideal.
- 4 - Cada grupo deverá fazer uma listagem com as características que considera importantes.
- 5 - Cada grupo, utilizando-se de revistas, lápis, cola e tesoura, deverá fazer uma colagem, identificando os critérios que utilizou para o homem ideal e para a mulher ideal.
- 6 - Cada grupo apresentará sua colagem, referindo-se aos critérios evidenciados.

### **Pontos para discussão:**

- a) Aceitação da aparência física por homens e mulheres.
- b) Como é a idéia de beleza do grupo?
- c) As mudanças que eu sinto, em mim mesmo, sobre minha aparência e meu jeito de ser, por influência da opinião de outras pessoas.
- d) Como são criados os critérios de beleza?

### **Resultado esperado:**

Ter promovido uma discussão sobre ideais de beleza e aceitação do seu próprio corpo.

---

## COMO EU ME SINTO

---

Adolescente

Auto-estima é o sentimento que cada pessoa tem por si mesma e pelo seu eu interior.

Ela sofre variações diárias. Quando estamos bem, com a sensação de plenitude, então a auto-estima fica em alta. Quando estamos mal, com uma grande sensação de descontentamento interior, a auto-estima fica em baixa.

Os adolescentes expressam esses sentimentos, verbalizando-os sob a influência de termos importados: "estou down, estou numa pior" ou então "estou numa nice, estou numa boa".

Na verdade, parece que as pessoas sentem mais os momentos ruins do que os bons.

Isso tem a ver com a forma que cada um trabalha os seus sentimentos, valorizando mais os agradáveis ou, infelizmente, ampliando os desagradáveis.

A auto-estima é dinâmica e perceptível a partir da compreensão do sentimento de identidade, das características pessoais, da valorização, das realizações e dos relacionamentos.

Quando algo não vai bem, é importante deixar o orgulho de lado e pedir ajuda.

Pais, professores, parentes mais velhos, amigos ou pessoas de confiança podem ser bons ouvintes e interlocutores. Essas pessoas não vão ou não devem dar soluções, mas podem ajudar a pensar sobre momentos ou situações difíceis. E cada pessoa precisa encontrar sua própria saída, pois cada um é responsável pelos seus sentimentos, pela sua auto-estima.

## DINÂMICA: EU ME GOSTO

---

### **Objetivo:**

Incentivar os jovens a refletirem sobre sua auto-estima.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla e confortável, folhas de papel-sulfite, conjunto de fichas coloridas (cor vermelha, amarela, azul, verde, branca), canetas, cola.

Tempo: 40 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - O facilitador entregará meia folha de papel-sulfite para cada participante e solicita que escreva uma situação extremamente positiva que tem acontecido com ele ultimamente.
- 2 - No verso da folha, deverá ser escrita uma situação difícil que tenha causado sentimentos negativos.
- 3 - Assegurar ao jovem que não é preciso colocar o nome.
- 4 - O facilitador recolherá todas as folhas dos participantes e as guardará consigo.
- 5 - O facilitador distribuirá o conjunto de fichas coloridas com o seguinte código:
  - ♦ vermelho = extremamente chateado(a)
  - ♦ amarelo = muito chateado
  - ♦ azul = mais ou menos chateado
  - ♦ verde = pouco chateado
  - ♦ branco = não me chateia
- 6 - O facilitador explicará que lerá algumas situações que podem ocorrer com qualquer um deles.
- 7 - À medida que o facilitador for lendo uma frase, cada participante deverá arrancar um pedaço da ficha colorida, de acordo com o código, na proporção em que essa situação afetaria sua, auto-estima. O facilitador dá um exemplo: lerá uma frase e rasgará um pedaço de sua folha de papel, dizendo - "Isso me afeta muito ou não me afeta muito".
- 8 - O facilitador lerá as situações que julgar adequadas, escritas pelos adolescentes, ou criará suas próprias frases.
- 9 - Em seguida, solicitará os participantes a colarem ou montarem um quebra-cabeça com os pedaços de papel recortado, relacionando-o à sua auto-estima.

### **Pontos para discussão:**

- a) Identificar situações que incomodam.
- b) Identificar situações que não interferem na auto-estima.
- c) Que cores aparecem mais?
- d) Encontrar alternativas para melhorar sua auto-estima.

### **Resultado esperado:**

Os participantes obterão clara idéia do conceito de auto-estima e terão também aprendido a manejá-la.

---

## MEUS VALORES

---

Adolescente

O adolescente vive o hoje, o agora... O amanhã é um tempo muito distante...está longe. Muitas vezes, "longe é um lugar que não existe..."

É difícil pensar e programar ações para o futuro quando o raciocínio se detém em coisas concretas, reais.

Por isso, é importante exercitar o planejamento de ações para o futuro, isto é, fazer um exercício em cima do abstrato, para que os adolescentes aprendam não somente a estabelecer metas, como também a tomar decisões.

Os adolescentes precisam de conhecimento e estímulo para tomarem decisões conscientes e não sofrerem influências de grupos que os cercam.

Para se estabelecer objetivos, é necessário que eles estejam embasados em um sistema de valores pessoais. Influências diversas interferem na formação desses valores: família, escola, religião, amigos, leituras e mídia em geral.

Dessa forma, é conveniente saber escolher valores que ajudem e não prejudiquem a vivência e a convivência das pessoas.

Os objetivos podem ser listados para curto, médio e longo prazo, e as etapas para consegui-los devem estar claras.

A dificuldade de expressar os valores justifica-se pela demora de algumas pessoas em escrever as palavras, pois dizem que "deu branco", "a gente pensa pouco sobre isso".

Os valores, geralmente, estão relacionados com instituições (família, igreja, trabalho), sentimentos (amor, paixão, paz, prazer) ou princípios éticos (honestidade, verdade, coerência).

Repensar, reordenar, complementar e substituir valores faz parte da dinâmica da vida.

Programar ações e responsabilizar-se por elas possibilita ao jovem ter condições de planejar e atuar em seu projeto de vida.

## DINÂMICA: A ESCADA

---

**Objetivo:**

Auxiliar os adolescentes a identificar seus valores de vida e a refletir sobre os mesmos.

**O que você irá precisar:**

Sala ampla, folhas de papel sulfite, pincéis atômicos, fita crepe.

Tempo: 30 minutos.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - O facilitador solicitará que os participantes caminharem pela sala e a pensarem sobre "O que é mais importante na sua vida"?
- 2 - O facilitador pedirá a cada adolescente que pegue 1 folha de papel e 1 pincel atômico.
- 3 - O facilitador pedirá que a folha seja dividida em 3 partes, no sentido do comprimento.
- 4 - A seguir, o facilitador pedirá que, em cada tira de papel, seja escrita uma palavra que corresponda a um valor da vida do adolescente.
- 5 - Enquanto isso, o facilitador marcará no chão da sala, com fita-crepe, 3 degraus de uma escada.
- 6 - Certificando-se de que todos terminaram, o facilitador pede que cada adolescente que vá até os degraus e coloque uma tira com a palavra escrita em cada degrau, em ordem decrescente de importância.

**Pontos para discussão:**

- a) No início da dinâmica, foi difícil detectar os principais valores? ("deu branco?")
- b) Que valores aparecem mais? Que tipos de valores são?
- c) Por que eles não estão na mesma escala de prioridade?
- d) Durante nossa vida, esses valores se modificam? Por quê?
- e) Qual a relação entre os valores de vida e a prevenção?

**Resultado esperado:**

Os participantes terão um melhor entendimento sobre os próprios valores de vida e sobre a diversidade de valores de outras pessoas.

---

## TOMADA DE DECISÃO

---

Adolescente

Meu namorado acha que chegou a hora da gente transar.  
Mas, não tenho certeza se estou a fim... Estou bastante grilada...  
Se eu não topar ele pode procurar outra... Se eu concordar...  
E se pintar um lance errado?  
O que devo fazer?

(Sandra, 16 anos)

Há situações na vida em que não cabe a indiferença: é preciso decidir.

A cada passo que se dá numa determinada direção, deixa-se de percorrer outros caminhos.

Dependendo da situação que se apresenta, surgem dúvidas, preocupações, indecisões. Um mesmo problema pode ser encarado de maneiras diversas por muitas pessoas.

O que está em jogo, geralmente, é a vontade de acertar. Mas, nem sempre, isso acontece.

Há pessoas que abalizam os prós e os contras. Outras ampliam tanto as situações, que mais parecem tragédias. Algumas generalizam muito os fatos, como se acontecessem sempre do mesmo jeito, ou ainda se depreciam, como se não possuíssem capacidade de solucionar o problema. Há também as que se consideram as únicas pessoas no mundo que enfrentam tais dilemas. E o que dizer das que só conseguem se decidir valendo-se do "tudo ou nada", invalidando as alternativas?

Há casos em que a falta de decisão leva a comportamentos modelados, por irritação (mais racional) ou por identificação (mais afetivo-emocional) com alguém, não se apresentando soluções personalizadas.

Uma série de motivações e sentimentos influencia a tomada de decisões individuais, em parceria ou coletivas. E a busca de discernimento é fundamental em qualquer situação. Importante também é procurar agir com serenidade, questionando-se criticamente a validade, os riscos e as conseqüências desta ou daquela decisão.

Valer-se da auto-crítica, do respeito, do compromisso com a responsabilidade e da busca do consenso é **rumar para a decisão mais acertada.**

## DINÂMICA: CASOS E ACASOS

---

**Objetivo:**

Encorajar os adolescentes a buscarem soluções decisivas para as situações da vida real.

**O que você irá precisar:**

Sala ampla e confortável que permita a formação de grupos, folhas de papel-sulfite e folhas com situações descritas.

Tempo: 40 minutos.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - Dividir a turma em grupos de cinco participantes.
- 2 - Entregar para cada grupo uma descrição de uma situação diferente, para que o grupo discuta e tome uma decisão a respeito.
- 3 - Solicitar o grupo a desenvolver as seguintes atividades:
  - ♦ apontar as vantagens, desvantagens, alternativas e conseqüências para cada uma das situações propostas na página seguinte;
  - ♦ identificar uma única decisão sobre o caso.

**Pontos para discussão:**

- a) A decisão tomada pode ter conseqüências graves?
- b) Estar seguro de que essa decisão não prejudicaria alguém.
- c) Dificuldade para tomar a decisão.
- d) Fazer uma comparação com a vida real.

**Resultado esperado:**

Os adolescentes terão aprendido a analisar situações diversas, emitido opiniões e procurado tomar a decisão mais acertada, por meio da avaliação de determinados critérios.

## EXEMPLOS DE SITUAÇÕES:

---

Adolescente

### Situação 1

“Quando conheci meu vizinho, éramos só amigos.  
Com o passar do tempo acabamos saindo juntos e, hoje, apesar de  
já ter se mudado, ele vem todos os dias na minha casa.  
Como está estudando, não quer se prender a ninguém.  
Só quer transar, mas não somos namorados.  
Será que se eu transar, ele fica comigo?”

(Revista Meu Amor, nº 39)

### Situação 2

“Tive uma criação muito repressora.  
Meus pais não me deixam namorar, nem sair com meus amigos.  
Agora, estou apaixonada por um garoto que me curte um monte,  
só que ele usa drogas e eu quero ajudá-lo a sair dessa.”

### Situação 3

Alex, 16 anos, namora Marina de 17 anos há quase um ano.  
Ele está terminando o 2º grau e está em dúvida se vai para a  
Universidade ou se começa a trabalhar.  
Seus pais não são ricos e às vezes até enfrentam dificuldades.  
Há uma semana, Marina lhe contou que acha que está grávida.  
Agora Alex tem que tomar uma decisão em sua vida.

### Situação 4

“Tenho 15 anos, estudo e estou gostando de um cara mais velho.  
Minhas amigas dão a maior força para ficarmos juntos.  
Ele também está a fim.  
Tenho medo de me envolver e depois não dar certo.  
O que devo fazer?”

(Revista Querida, Ano VI nº 100)

## FICHA PARA TOMADA DE DECISÃO

SITUAÇÃO Nº:

VANTAGENS:

DESVANTAGENS:

ALTERNATIVAS:

CONSEQÜÊNCIAS:

DECISÃO:

---

## SABENDO DIZER NÃO

---

Adolescente

Transar ou não transar... Que dúvida...

Será que é a hora e eu me sinto preparada (o) para isso?

Há situações em que os motivos para dizer **SIM** são muitos e as razões para dizer **NÃO** também.

Primeiramente, é importante identificar os próprios sentimentos, e isso é uma habilidade que se aprende. Dessa forma, as relações sociais podem se tornar mais transparentes, mais objetivas, estabelecendo-se limites e possibilidades.

Discordar de alguém faz parte da maturidade e indica que há formas divergentes de pensar, sentir e agir.

Não importa que surjam afirmações generalizados, como "Todo mundo faz isso", "Se não entrar nessa, você está fora do grupo". O importante não é seguir a maioria e sim amadurecer a decisão a ser tomada.

Há muitas maneiras de dizer **NÃO**, como há pessoas que reagem de formas diferentes à negação.

É adequado dizer **NÃO** quando não se tem certeza do que se quer, quando não se sente pronto(a), quando não se tem vontade, mesmo sob pressão. E dizer com segurança "Não gosto de ser pressionado(a)".

Há casos em que a necessidade de refletir sobre a decisão pode adiar a resposta, como "Pensarei sobre isso".

Se determinadas situações foram bem pensadas, não há porque temer o fato de desagradar alguém. Refletir, amadurecer e falar diretamente dos sentimentos e das decisões a outra pessoa é saber viver com coerência e autonomia.

## DINÂMICA: A BALANÇA

---

### **Objetivo:**

Auxiliar os adolescentes a avaliarem as razões para adiar ou iniciar precocemente as relações sexuais.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla e confortável, tiras de papel-cartão, 1 cabide para cada grupo, barbante, pratos descartáveis de bolo, etiquetas auto-adesivas, canetas hidrográficas.

Tempo: 40 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - O facilitador solicitará os participantes a formarem grupos de 4 a 5 pessoas.
- 2 - Pedir que montem uma balança ou entrega-lá pronta.
- 3 - Cada prato da balança será etiquetado com números que simbolizam:
  - ♦ Prato 1: o porquê de se iniciar relações sexuais precocemente;
  - ♦ Prato 2: o porquê de se adiar relações sexuais precocemente.
- 4 - O facilitador distribuirá 10 fichas (tiras de papel-cartão) para cada grupo (ou de acordo com a necessidade dos grupos).
- 5 - Cada grupo debaterá sobre razões/situações que se refiram ao porquê de iniciá-las ou adiá-las.
- 6 - O grupo escreverá em cada ficha uma situação apontada durante a discussão.
- 7 - Cada grupo colocará no prato 1 da balança todas as fichas que se refiram ao início precoce das relações sexuais e, no prato 2, todas as fichas referentes ao adiamento.
- 8 - Cada grupo apresentará seu trabalho, equilibrando a balança no dedo, identificando em qual dos pratos predomina a opção do grupo (o prato mais pesado).
- 9 - O facilitador irá pendurar em seu dedo uma balança com os pratos vazios. Ele irá expor as razões citadas pelos grupos.
- 10 - A cada situação mencionada pelo facilitador, os grupos irão até a balança, colocarão uma ficha correspondente e debaterão sobre o assunto.
- 11 - A cada ficha colocada em um dos pratos da balança do facilitador, os participantes visualizarão o equilíbrio X desequilíbrio da mesma, mostrando a decisão do grande grupo, a partir do prato mais pesado.

### **Pontos para discussão:**

- a) Identificar situações de pressão/sedução que levam à relação sexual.
- b) Saber decidir se vai haver ou não relação sexual.
- c) Avaliar as conseqüências de se iniciar precocemente as relações sexuais.

### **Resultado esperado:**

Ter auxiliado a reflexão sobre as relações sexuais precoces na adolescência e sobre o posicionamento de não ceder às pressões para o fato.

---

## EVITANDO A GRAVIDEZ INOPORTUNA NA ADOLESCÊNCIA

---

O cochicho se espalha pela escola.

É verdade, ela está grávida mesmo? De quem?

Com essas interrogações, volta à tona um velho dilema - a gravidez na adolescência.

Antigamente, quando pintava a primeira menstruação, as garotas já iam sendo preparadas para "noivar e casar", pulando-se até a fase do namoro, tão importante como período de descobertas mútuas e não de compromisso formal.

Hoje, até os termos "rolo" e "ficar" evidenciam que a fase de pré-namoro foi ampliada e os jovens podem transitar por relacionamentos menos duradouros.

Além disso, a primeira menstruação e a primeira ejaculação estão ocorrendo mais cedo do que antigamente, aumentando, portanto, o período de tempo fértil dos adolescentes.

Não acompanhando as mudanças sociais, ainda há mães e pais que não conversam com os filhos sobre o que pensam a respeito de sexo.

Outro fato evidente é o início cada vez mais precoce das relações sexuais entre os jovens, muitas vezes fruto da empolgação ou do momento. Esse comportamento nem sempre vem acompanhado de informações sobre o funcionamento do próprio corpo, sobre os métodos anticoncepcionais ou sobre o uso correto desses métodos.

Cabe a nós, pais e educadores, proporcionar e manter um canal aberto com os adolescentes, para conversarmos sobre a vida sexual, a escolha dos métodos anticoncepcionais, a importância da qualidade e da responsabilidade nos relacionamentos afetivos, afim de que o jovem reflita sobre as implicações de uma gravidez fora de hora e sem planejamento.

No momento em que o adolescente perceber a sua sexualidade como um processo de co-responsabilidade, afeto e comprometimento com o outro, através de informações adequadas, reflexões, mudanças de atitude e conscientização do seu projeto de vida, o cochicho na escola pode acabar.

## DINÂMICA: CUIDANDO DO NINHO

---

**Objetivo:**

Trabalhar com o grupo as questões relacionadas com a maternidade/paternidade precoce e com a responsabilidade de suas ações.

**O que você irá precisar:**

Sala ampla e confortável, 1 ovo cru de galinha por participante, canetas hidrográficas.

Tempo: 15 minutos em sala de aula e 5 a 7 dias no cotidiano.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - Marcar os ovos previamente: uma cor para o sexo feminino, outra para o sexo masculino, duas marcas para gêmeos e um asterisco ou uma trinca para alguma necessidade especial (deficiência).
- 2 - Distribuir 1 ovo por participante ou 2 ovos com a marca de gêmeos e explicar que ele simboliza um recém-nascido que será cuidado pelo garoto ("pai") e pela garota ("mãe").
- 3 - Estimular os adolescentes a personalizarem seu "bebê", pintando um rosto, fazendo-lhe um ninho.
- 4 - Estabelecer o compromisso de levarem seu "bebê-ovo" a todos os lugares a que forem, pelo prazo de tempo estipulado pelo facilitador.
- 5 - Siolicita-los a trazer os "bebês" no último dia do encontro ou do curso.
- 6 - Anotar os depoimentos e as histórias ocorridas com o "bebê" e com o participante.

**Pontos para discussão:**

- a) Como o "bebê-ovo" interferiu na vida diária de cada adolescente?
- b) Que sentimentos surgiram?
- c) Que dificuldades apareceram durante o processo?
- d) Como foram interpretadas as quebras dos ovos?
- e) Por que há pessoas sem filhos?
- f) Algum "bebê-ovo" foi seqüestrado? Como evitar?
- e) Que aprendizado resultou dessa dinâmica?

**Resultado esperado:**

Os participantes terão vivenciado o sentimento de responsabilidade que envolve a maternidade e a paternidade precoce (ter filhos) e o cuidado com os filhos.

## ROTEIRO PARA DEBATE: GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA

Adolescente

- 1 - Mãe adolescente considera-se responsável para cuidar da futura criança?
- 2 - Se não se considera, quem cuidará da criança?
- 3 - Como será acompanhada a gravidez?
- 4 - Os estudos serão ou não serão interrompidos?
- 5 - Como se posicionará a mãe solteira? (em relação à família, aos amigos, à escola, ao trabalho?)
- 6 - Havendo casamento, será ou não por pressão da família?
- 7 - Como se sustentará o casal adolescente?
- 8 - Expulsar de casa é a solução?
- 9 - Nossos avós casavam-se na adolescência e procriavam. Por que?
- 10 - Se o pai não assumir a criança, que providências você tomará?
- 11 - O que representa para você ter um filho na adolescência?
- 12 - O que muda em termos do seu projeto de vida?



---

# SEXO SEGURO

---

Adolescente

Cada pessoa deve ser responsável por sua **saúde sexual**. E pode aprender a fazer do sexo seguro uma realidade divertida, excitante, erótica e espontânea.

O termo **sexo seguro** representa um conjunto de cuidados e habilidades que cada pessoa desenvolve para evitar atividades que apresentam riscos indesejados.

Ao assumir o **sexo seguro**, cada pessoa está reestruturando seus valores de vida. A aquisição de um novo repertório de atitudes favoráveis ao sexo seguro poderá garantir a prevenção internalizada. Isso quer dizer que as pessoas passam a se comportar sexualmente de acordo com seus próprios princípios de vida, não se deixando levar por impulsos desprezados.

Além disso, **sexo seguro** e maturidade emocional podem caminhar juntos. Isto é, devemos procurar envolver-nos em relacionamentos afetivo-sexuais que fortaleçam a auto-estima, o respeito pelo corpo e pelos sentimentos, a igualdade de direitos e as responsabilidades. Para isso, a confiança e a comunicação entre os parceiros é fundamental.

Diversas práticas sexuais seguras permitem desfrutar a sexualidade de forma criativa e prazerosa e até dão asas à imaginação, por meio de fantasias sexuais:

**“Meu bem, você me dá água na boca  
Vestindo fantasia, tirando a roupa  
Molhada de suor de tanto a gente se beijar  
de tanto imaginar loucuras...  
A gente faz amor por telepatia  
No chão, no mar, na lua, na melodia...”**

(“Mania de Você” - Rita Lee)

Anúncios prometem maravilhas no tele-sexo. Os serviços por telefone oferecem mensagens gravadas, conversas com operadoras que estimulam algumas fantasias sexuais e garantem o anonimato de ambas as partes:

**“Tele-Prazer 24 horas  
Gatinhos e gatinhas aguardam sua ligação”.**

(Jornal do Brasil - 13.09.95)

A era da informática tem possibilitado que os computadores entrem na onda do "Sexo Virtual", em que pessoas se correspondem através de mensagens eróticas:

**“- Engraçadinha, roça sua pele macia no meu  
corpo fofinho e me dá prazer...”  
“- Agora eu te dou uma mordidinha bem gostosa...”**

(Revista IstoÉ-07/06/95)

Usando pseudônimos, dois adolescentes se correspondem por computador, praticando a chamada "Transa Virtual".

Embora ainda não faça parte dos hábitos de muitos adolescentes, o uso da camisinha representa sexo seguro e passa a ser obrigatório para aqueles que já iniciaram sua vida sexual.



---

## PRESERVATIVO MASCULINO (CAMISINHA)

---

A camisinha continua sendo o acessório sexual mais antigo, barato e disponível em cores e sabores variados. E a maneira mais fácil e mais eficiente de barrar a transmissão de fluidos corporais - sangue, esperma e secreção vaginal — para a prevenção às doenças sexualmente transmissíveis (DST) e aids.

Vale a pena reprimir algumas recomendações sobre o uso da camisinha:

- ♦ ela deve ser guardada em local frio e seco (guardá-la no bolso da calça por muito tempo pode prejudicar o látex);
- ♦ verificar a data de validade na embalagem;
- ♦ abrir a embalagem com cuidado para não furar a camisinha;
- ♦ colocar algumas gotas de lubrificante a base de água, se ela não for lubrificada, para ficar mais fácil desenrolá-la;
- ♦ só se deve colocá-la com o pênis ereto;
- ♦ antes de desenrolá-la, apertar o receptáculo (ponta), para retirar o ar existente, o que evitará a ruptura durante o ato sexual;
- ♦ desenrolar a camisinha até a base do pênis, evitando que os pelos púbicos enrosquem em sua gola;
- ♦ após a ejaculação, retirá-la do pênis, fechando com a mão a abertura, evitando que o esperma saia da camisinha;
- ♦ jogar a camisinha usada no lixo, pois ela não é reutilizável.

Manifestações de adolescentes evidenciam a importância da criação de mensagens educativas, com a expectativa de que a prática da prevenção seja uma realidade para todos.

**“Outro dia saí com uma mina que disse:  
Nem uso...**

**Eu resolvi ficar na vontade e não correr risco!  
Os caras só ficaram me aloprando...  
Antes ouvir aquele monte de coisas do que ficar encanado”.**  
(Daniel Fagnoni, 16 anos)

**“Ter uma camisinha como se fosse um documento de  
identidade do qual não se pode separar”.**  
(Ana, 16 anos)

**“Na hora H encape o... documento”.**  
(Maurício Alonso, 14 anos)

**“Para não se tornar um pesadelo, faça sexo com muito zelo”.**  
(Catarina, 15 anos)

## DINÂMICA: VESTINDO-SE PARA A FESTA

---

### Objetivo:

Possibilitar aos adolescentes o uso correto do preservativo masculino.

### O que você irá precisar:

Sala ampla, cadeiras dispostas em duas fileiras bem próximas, com espaços laterais entre as cadeiras, preservativos, próteses de pênis de borracha ou objetos simbolizando pênis (cenoura, pepino), lubrificantes a base de água e a base de óleo, doces diversos.

Tempo: 30 minutos.

### O que você deverá fazer:

- 1 - Pedir às duplas de adolescentes para sentarem frente a frente.
- 2 - Orientá-los a que negociem a distribuição da atividade: um participante pegará o "pênis" e o outro a camisinha masculina.
- 3 - Solicitá-los a pegar o mais rápido possível cada material e voltar aos seus lugares.
- 4 - Alertá-los para que coloquem acertadamente o preservativo no "pênis".
- 5 - Pedir ao participante que está com o "pênis" vestido com a camisinha que se dirija até o facilitador, por ordem de chegada.
- 6 - O facilitador solicitará o parecer do grupo ao analisar a colocação correta ou não da camisinha em cada "pênis".
- 7 - A seguir, o facilitador polemizará sobre a **pressa**, lembrando o ditado "A pressa é inimiga da perfeição". Além disso, discutirá se a pressa entre parceiros pode ser modificada.
- 8 - O facilitador irá propor que cada dupla, **sem pressa**, coloque uma nova camisinha no "pênis", valorizando o momento de encontro, de envolvimento e de descoberta da possibilidade de prazer.
- 9 - Nesse momento, o facilitador irá propor o debate sobre as diferenças entre as duas situações de uso da camisinha.
- 10 - A seguir, cada dupla encherá a sua camisinha, esfregará na mesma um lubrificante a base de água e, em seguida, um lubrificante a base de óleo, para testar a sua resistência. (No segundo caso, ocorre o rompimento da camisinha).
- 11 - O facilitador também apresentará uma camisinha cheia de água, demonstrando a sua impermeabilidade.
- 12 - Ao final da atividade, o facilitador demonstrará o uso correto do preservativo, no caso de alguma dupla ter encontrado dificuldade para colocá-lo corretamente.
- 13 - O facilitador poderá distribuir brindes no encerramento da "festa do sexo seguro".

**Pontos para discussão:**

- a) Como o fator pressa influi na colocação da camisinha? E, por que pressa?
- b) Cuidados que devem ser tomados para a guarda e a utilização da camisinha.
- c) O que fazer quando o parceiro rejeita o uso da camisinha?
- d) Comparar o cuidado que tomamos quando nos vestimos para uma festa com os cuidados que devemos tomar para nos “vestirmos” para as relações sexuais.

**Resultado esperado:**

Os adolescentes terão vivenciado a oportunidade de esclarecer dúvidas quanto ao uso de preservativos, que podem fazer parte dos momentos de prazer.



## CAPÍTULO II

# PREVENÇÃO ÀS DST/AIDS

“DE TUDO AO MEU AMOR SEREI ATENTO  
ANTES, E COM TAL ZELO E SEMPRE E TANTO...”

(“Poema da Felicidade”, Vinícius de Moraes)

### **CAPÍTULO II – Prevenção às DST/Aids**

O adolescente deve saber como as DST e o HIV são transmitidos e como não são transmitidos. Deve ter claro que a melhor maneira de prevenir a transmissão das DST e HIV é evitar o comprimento de risco. Assim, é importante proporcionar aos adolescentes uma oportunidade de desenvolver conhecimentos de como aumentar a percepção de risco, adotar práticas mais seguras e ter atitudes solidárias.



---

## PREVENÇÃO ÀS DST/AIDS

---

Adolescente

O impacto da aids em nossas vidas tem sido dramático e sem precedentes.

Atualmente, poucas pessoas não têm consciência da existência da aids, embora muitos não saibam o que fazer para se proteger.

Os adolescentes precisam e têm o direito de receber informações abertas e claras sobre as doenças sexualmente transmissíveis e a aids, tanto quanto refletir sobre essas questões e integrá-las a suas vidas.

Na nossa cultura, a aids está ligada a uma complexa teia de medos, crenças e preconceitos. Isso pode trazer sérias implicações para as pessoas infectadas pelo HIV e conseqüências importantes para desenvolver um programa de prevenção às DST/aids, afim de educar os jovens quanto aos riscos de contrair a doença e quantos às formas de prevenção, levando-nos a iniciar um trabalho pela quebra de crenças e conceitos errôneos.

As técnicas trabalhadas desafiam algumas de nossas crenças e comportamentos, oferecem a oportunidade de refletir sobre os mesmo e nos auxiliam a repensar conceitos e valores.



---

# ESTEREÓTIPOS

---

Para atingir os objetivos da Prevenção às DST/aids é importante discutir os estereótipos existentes em nossa comunidade com o portador do HIV ou doente de aids.

Quando falamos em estereótipos, estamos referindo-nos a uma forma de identificar as pessoas de acordo com a aparência, a cor, os papéis sexuais e a idade.

Existe uma tendência de se associar aspecto físico (aparência) com doença, o que pode trazer problemas para qualquer pessoa que apresente um aspecto diferente daquele que julgamos saudável.

Em todas as sociedades humanas, as pessoas são agrupadas dentro de determinados critérios, como sexo e idade. Os conceitos estereotipados vão-se estruturando, influem no comportamento das pessoas desde a mais tenra idade, e torná-se difícil superá-los.

Os estereótipos podem limitar nossos sonhos e expectativas.

Estereótipos podem aparecer nas coisas mais simples, como, por exemplo, dar um apelido caricatural para as pessoas.

Alguns jovens acreditam que devem se comportar de determinada maneira (assumir papel de dominação nas relações amorosas, não demonstrar sentimentos, escolher profissões relacionadas com o papel masculino), para serem vistos como homens.

**É importante lembrar que nem tudo o que parece ser, é e nem tudo que é parece ser.**

## DINÂMICA: A SEMENTE

---

**Objetivos:**

Identificar a disponibilidade das pessoas em se relacionar consigo mesmas e/ou com os outros, por meio do que foi imaginado/vivenciado.

**O que você irá precisar:**

Sala ampla, aparelho de som, se possível, música instrumental suave.

Tempo: 30 minutos.

**O que você deverá fazer:**

1) Com breve relaxamento e música de fundo, o facilitador irá surgir aos participantes que sejam sementes e, sentindo-se como tal, eles poderão brotar, crescer, virar árvore, flor etc.

**Pontos para discussão:**

- a) Possibilidade de incorporar conceitos novos.
- b) Situações que representam ganhos para o futuro.
- c) Entender a prevenção como cuidado, respeito e amor a si mesmo.

**Resultado do esperado:**

Ter promovido uma reflexão sobre o modo de as pessoas se relacionarem consigo mesmas e com os outros.

## DINÂMICA: JOGO DAS APARÊNCIAS

---

Adolescente

### **Objetivo:**

Demonstrar como estereótipos e interpretações subjetivas interferem na comunicação.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla e confortável, balões, pedaços de papel, lápis ou canetas, música alegre e movimentada.

Tempo: 30 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - Entregar um balão vazio e um pedaço pequeno de papel em branco para cada um dos participantes.
- 2 - Cada pessoa deverá escrever no papel 3 (três) características pessoais, de maneira que, a partir dessas características ela possa ser identificada pelos outros participantes.
- 3 - A seguir, os participantes deverão dobrar o papel e colocá-lo dentro do balão.
- 4 - Agora, cada pessoa deverá encher o seu balão. Quando todos os balões estiverem cheios deverão ser jogados todos para cima, ao mesmo tempo, ao som de uma música animada.
- 5 - Quando a música parar, cada um deve pegar o balão que estiver na sua frente e estourá-lo.
- 6 - Finalmente, cada participante deverá ler o papel que encontrar dentro do balão e tentar identificar a pessoa que apresenta as características descritas.

### **Pontos para discussão:**

- a) Como adquirimos os estereótipos?
- b) Por que, muitas vezes, as aparências enganam?
- c) Os estereótipos influenciam no comportamento e nos sentimentos das pessoas? De que forma?

### **Resultado esperado:**

Ter discutido os estereótipos conhecidos pela comunidade.



---

## MEDOS RELACIONADOS COM A AIDS

---

Adolescente

Muitas pessoas sentem medo quando ouvem falar em aids. Há muitas opiniões diferentes sobre a natureza da doença, como se dissemina e quem a contrai.

Todos nós fomos educados para seguirmos padrões e comportamentos estabelecidos como corretos, normais e aceitáveis. Assim, quando agimos fora desses padrões, parece que estamos correndo riscos.

Geralmente, temos medo daquilo que não conhecemos ou ignoramos.

O medo pode levar-nos a formar opiniões errôneas, e nos fazer agir de forma preconceituosa. Mas, em algumas ocasiões, o medo funciona como um freio para as situações de risco.

O medo da aids, no início da epidemia, parecia estar relacionado com a desinformação.

Entretanto, a tomada de consciência do que é a doença, suas formas de transmissão e as formas de evitá-la não fez diminuir o medo de contrai-la.

## DINÂMICA: A RODA DA SURPRESA

---

### Objetivo:

Auxiliar o adolescente a refletir sobre situações de medo, angústia, negação, transferência de responsabilidade e recusa, frente ao desconhecido - DST/aids.

### O que você irá precisar:

Caixas de vários tamanhos (para que caiba dentro da outra), presentes (apito, mamadeira, meia, óculos, lenço, pente e chupeta), música alegre e movimentada.

Tempo: 30 minutos

### O que você deverá fazer:

- 1 - Colocar o presente dentro da caixa menor e em seguida, inseri-la dentro das outras caixas;
- 2 - Solicitar os participantes a fazerem um grande círculo e explicar o jogo.

**DENTRO DESTE PACOTE HÁ UM PRESENTE. O PACOTE VAI PASSAR DE MÃO EM MÃO, AO SOM DE UMA MÚSICA. QUANDO A MÚSICA PARAR, A PESSOA QUE ESTIVER COM O PACOTE DEVE ABRI-LO E USAR O PRESENTE NA FRENTE DE TODOS.**

- 3 - O facilitador entregará a caixa a um dos participantes, que deverá passar para o colega ao lado ao som de uma música;
- 4 - Quando a música parar, quem estiver com a caixa deverá abri-la; retira-se a primeira caixa e dá-se continuidade ao jogo;
- 5 - O jogo continua até que alguém pegue o presente.
- 6 - O participante que encontrar o presente deverá usá-lo na frente de todos.

### Pontos para discussão:

- a) O que você pensava enquanto o pacote passava por você?
- b) Qual o seu sentimento frente ao desconhecido?

### Resultado esperado:

Ao final do exercício, os adolescentes terão refletido sobre medos, negação, transferência de responsabilidade, crenças e atitudes em relação às DST/aids.

## DINÂMICA: NUNCA VI MEU PARCEIRO - QUERO TRANSAR!

---

### Objetivo:

Demonstrar aos adolescentes a importância do uso do preservativo em todas as relações sexuais, pois os aspectos físicos, embora possam parecer saudáveis, não garantem que as pessoas sejam imunes às DST/aids.

### O que você irá precisar:

Toca-fitas; fita com música rápida e lenta, vendas para os olhos, barbante.

Tempo: aproximadamente 20 minutos.

### O que você deverá fazer:

- 1 - Iniciar a atividade ainda com os adolescentes sentados em círculo, reforçando que o nosso papel, enquanto educadores, é respeitar a orientação sexual de cada indivíduo. Nisso inclui-se também o respeito pelas mais diferentes formas de realizações sexuais.
- 2 - Situar o grupo no espaço físico que será utilizado para a realização da atividade (círculo feito de barbante), não sendo permitido o toque entre colegas com as mãos, mas com outras partes do corpo (rosto, cabeça, tórax e pernas).
- 3 - Vendar os olhos de todos os participantes.
- 4 - Colocar uma música de dança rápida por aproximadamente 3 minutos.
- 5 - Colocar uma música lenta e solicitar cada um a encontrar um parceiro.
- 6 - Com a ajuda do facilitador, tentar fazer com que fiquem em dupla e solicitar ambos a se entrelaçarem com as pernas e com os braços.
- 7 - Retirar as vendas e solicitar cada um a dar um abraço no colega e, em seguida, sentar-se.

### Pontos de Discussão:

Levantar com o grupo as seguintes percepções:

- ♦ como acontecem os envolvimento sexuais ocasionais?
- ♦ conhecemos realmente o estado de saúde dos nossos parceiros pela aparência física?
- ♦ se não o conhecemos, como nos envolvermos, sem correr risco?
- ♦ eis a questão: transamos ou não transamos?

### Observações:

Deixar claro para o adolescente que nesta atividade deve predominar o respeito a qualquer tipo de envolvimento e orientação sexual.



---

# TRANSMISSÃO DO HIV E DAS DST

---

Adolescente

As doenças sexualmente transmissíveis (DST), também conhecidas por doenças venéreas, são geralmente transmitidas e adquiridas através da relação sexual com parceiro(a) infectado(a). Algumas DST como a sífilis e a hepatite podem ser transmitidas também através do sangue.

A aids é o estágio de manifestação do vírus da imunodeficiência humana (HIV) que provoca uma diminuição do sistema de defesa do organismo, deixando-o sem condições de reagir contra o contágio de doenças que chamamos de oportunistas.

A transmissão do HIV pode ocorrer por meio do sangue contaminado, por meio das relações sexuais sem proteção, com parceiro(a), contaminado(a) e por meio da mulher grávida portadora do HIV, que pode transmitir o vírus para o bebê durante a gravidez, na hora do parto ou pela amamentação.

## DINÂMICA: CONTATOS PESSOAIS

---

### Objetivo:

Facilitar a compreensão da transmissão sexual do HIV e das DST.

### O que você irá precisar:

Sala ampla, folha de papel sulfite, lápis ou caneta. Música alegre e movimentada.

Tempo: 40 minutos.

### O que você deverá fazer:

- 1 - Entregar para cada um dos participantes uma folha (conforme modelo), com apenas uma figura já desenhada pelo facilitador. Para cada grupo de 10 participantes, o facilitador deverá desenhar em cada folha apenas uma figura geométrica, sendo:
  - ♦ 1 triângulo;
  - ♦ 2 quadradinhos (um por folha);
  - ♦ 7 círculos (um por folha).
- 2 - Os participantes deverão dançar pela sala e conversar com seus colegas, com a finalidade de integração.
- 3 - Em um determinado momento o facilitador deverá solitar os participantes a pararem e a copiarem o desenho do colega que estiver mais próximo.
- 4 - Esse processo se repetir-se-á por 4 (quatro) vezes.
- 5 - Após o término da atividade, o facilitador deverá perguntar se os participantes têm idéia do significado das figuras.
- 6 - Discutir com o grupo o significado das figuras e o que aconteceu com cada participante.
  - ♦ círculo = pessoa sadia
  - ♦ quadrado = portador de DST
  - ♦ triângulo = portador de HIV

### Pontos para discussão:

- a) Quantos participantes começaram o jogo com círculos?
- b) Quantos participantes começaram o jogo com quadrados?
- c) Quantos participantes começaram o jogo com triângulos?
- d) Quantos participantes chegaram ao final do jogo sem triângulos na folha?
- e) O que significa ter mais de um triângulo na folha?
- f) O que significa ter mais de um quadrado na folha?
- g) É possível prever quem é portador de DST/aids, levando-se em conta apenas a aparência física?
- h) Você se preocupa com a idéia de contrair DST/aids?
- i) Que relação existe entre as DST e o HIV?

### Resultados esperados:

Os adolescentes saberão discorrer sobre a transmissão sexual do HIV/ DST, cadeia de transmissão, sexo seguro e situações de risco.

QUADRO 1

DESENHO ORIGINAL.

QUADRO 2

COPIE O DESENHO DO SEU COLEGA MAIS PRÓXIMO.

QUADRO 3

COPIE O DESENHO ORIGINAL DO SEU COLEGA MAIS PRÓXIMO.

QUADRO 4

COPIE O DESENHO ORIGINAL DO SEU COLEGA MAIS PRÓXIMO.

QUADRO 5

COPIE O DESENHO ORIGINAL DO SEU COLEGA MAIS PRÓXIMO.

QUADRO 6

COPIE OS 05 DESENHOS NOS QUADROS 1,2,3,4 e 5.



---

## REFLEXÃO SOBRE HIV/AIDS

---

Adolescente

A maioria dos adolescentes está bem informada a respeito de fatos básicos sobre HIV, aids e DST, e não é apenas de mais informação que eles precisam.

O que eles precisam é de uma oportunidade para se expressar, falar e transmitir as informações recebidas e avaliar sua exatidão e utilidade.

Esse exercício envolve ativamente os adolescentes num processo de exteriorização do aprendizado, o sentimento, e da crença, focando-se a compreensão ao invés de simplesmente expor fatos memorizados e decorados.

É importante que o adolescente perceba o seu conhecimento e compreensão sobre o assunto, para que possa descobrir e corrigir idéias equivocadas.

Esse processo permite retomar a importância das crenças e atitudes preconceituosas nas distorções das mensagens educativas.

## DINÂMICA: O QUE PENSAMOS SOBRE AS DST E A AIDS

---

### **Objetivo:**

Auxiliar o adolescente a refletir em seus sentimentos com relação à aids e às DST e a distinguir fatos de crenças.

### **O que você irá precisar:**

Cartolinas ou papel pardo branco, lápis de cor ou pincel atômico (várias cores), música instrumental tranqüila, por exemplo: "As Bachianas" de Villa -Lobos.

Tempo: 40 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - Formar grupos de 5 (cinco) pessoas.
- 2 - Entregar para cada grupo uma cartolina e lápis de cor;
- 3 - Solicitar que cada grupo represente, por meio de desenho, seu sentimento com relação à aids e às DST.
- 4 - Cada participante terá de 30 segundos a 1 minuto para expressar sua idéia no papel, sem conversar com os colegas.
- 5 - O cartaz deverá ir passando por cada um dos participantes do grupo, até que todos tenham expressado a sua idéia.
- 6 - A seguir, os grupos deverão fazer uma discussão sobre o significado do desenho realizado e escolher um relator para apresentá-lo ao grande grupo.

### **Pontos para discussão:**

- a) Quais os sentimentos comuns ao grupo?
- b) Como se pode reduzir os mitos e temores em relação às DST/aids?
- c) Quais as crenças mais comuns em relação às DST/aids?

### **Resultado esperado:**

Os adolescentes terão feito uma reflexão sobre seus sentimentos, sua visão e suas crenças com relação às DST/aids.

---

## VIVENDO COM HIV/AIDS

---

Adolescente

Ao contrário do que muitos pensam, ter um exame positivo para o HIV não significa que a pessoa vai desenvolver a doença aids.

Pessoas portadoras de HIV podem permanecer sadias por muito tempo, e as pessoas com aids podem passar por períodos em que estão doentes, alternados com longos períodos em que se sentem bem.

Para entender as atitudes e os sentimentos de um indivíduo que se descobre portador do HIV, nada melhor do que nos imaginarmos no lugar dessa pessoa.

Um diagnóstico de infecção por HIV ou aids, ou mesmo a discussão da possibilidade de uma pessoa estar infectada, é muito estressante.

Essa situação poderá trazer implicações importantes, seja do ponto de vista social, econômico ou afetivo, ou em relação a mudanças, perdas e adaptações pelas quais passam o indivíduo afetado e a família.

Os pacientes podem sentir-se impotentes para resolver os problemas que se apresentam, necessitando de apoio e estímulo para melhorar a qualidade vida.

## DINÂMICA: REFLETINDO SOBRE SENTIMENTOS

---

**Objetivo:**

Encorajar uma reflexão sobre os sentimentos de uma pessoa que se descobre portadora de HIV.

**O que você irá precisar:**

Cadeiras em círculo. Papéis (tamanho cartão de visita), 4 para cada participante. Música: "Será" (Legião Urbana).

Tempo: 40 minutos.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - Solicitar cada participante a escrever em cada um dos papéis que recebeu; o nome:
  - a) de uma parte importante do seu corpo;
  - b) da pessoa mais importante de sua vida;
  - c) de um sentimento importante; e
  - d) do bem material mais importante que você possui.
- 2 - O facilitador deverá pedir aos participantes que imaginem estar passando por uma situação difícil em que se sintam perdendo alguns valores. Por isso, deverão escolher um dos papéis para descartar, que será amassado e jogado no meio do círculo.
- 3 - Em seguida, os adolescentes deverão escolher um segundo e terceiro valores que também serão descartados.

**Pontos para discussão:**

Promover uma reflexão em grupo sobre o sentimento de se desfazer de valores e sobre a relação com o portador de HIV.

**Resultado esperado:**

Ter vivenciado uma percepção do sentimento de perda por parte dos portadores de HIV.

## DINÂMICA: O GANHO DA RECONSTRUÇÃO

---

Adolescente

### Objetivo:

Caracterizar a possibilidade de reconstrução da vida após a vivência de situações de perda.

### O que você irá precisar:

Aparelho de som, música instrumental suave e 30 folhas de papel-de-seda (5 amarelas, 5 verdes, 5 azuis, 5 alaranjadas e 5 vermelhas).

Tempo: 40 minutos.

### O que você deverá fazer:

1. **Aquecimento:** para que o grande grupo seja dividido em 5 subgrupos, com 6 componentes em cada, o facilitador deverá expor as folhas coloridas solicitando que cada participante escolher uma cor que tenha relação com aquilo que está escrito no seu papel. Os grupos serão agrupados pela cor.
2. **Desenvolvimento:** O facilitador solicitará que cada participante, já incluído em um grupo, criar algo com seu papel. Apenas com a utilização das mãos, ele dará uma forma àquele aspecto que não foi "dispensado" na dinâmica que antecedeu este trabalho. Ainda em subgrupos, deverão comentar o motivo pelo qual optaram por não se desfazer daquele aspecto na dinâmica anterior. A partir do objeto construído, o grupo deverá montar uma breve história que vivifique a reconstrução da vida após uma situação de perda, e apresentá-la ao grupo.
3. **Avaliação:** Após as apresentações e comentários, para finalizar os trabalhos, o facilitador deverá solicitar que os grupos se reúnam. No grande grupo, cada participante deverá expressar com apenas **UMA** palavra, o sentimento de reconstrução.



---

## DISCRIMINAÇÃO

---

Adolescente

Em uma cultura como a nossa, a aids liga-se a uma complexa rede pré-existente de medos, crenças e preconceitos. Isso, freqüentemente, traz implicações de ordem psicossocial para as pessoas infectadas pelo vírus, as quais além de terem que manejar seus conflitos internos calcados nas incertezas profissionais e afetivas, ainda têm que enfrentar preconceito e discriminação.

Algumas pessoas reagem com temores e atitudes discriminatórias de diferentes intensidades, ao se depararem não só com pessoas realmente infectadas pelo HIV, como também com todas aquelas que apresentam alguns sinais que as possa expor à condição de suspeitas de infecção.

Esse tipo de reação contribui para intensificar as conseqüências psicológicas e sociais que, freqüentemente, acompanham um diagnóstico de HIV

## DINÂMICA: E A CANOA VIROU

---

**Objetivo:**

Discutir a natureza do preconceito e maneiras pelas quais discriminamos ou não discriminamos alguém.

**O que você irá precisar:**

Sala ampla, que permita a formação de grupos, aparelho de som, fita-cassete. Música: "Fulgaz" (Marina Lima e Antônio Cícero).

Tempo: 40 minutos.

**O que você deverá fazer:**

1 - Formar grupos de 5 (cinco) a 6 (seis) participantes.

2 - Apresentar ao grupo a seguinte situação:

Cada grupo está em um barco em alto-mar. O barco bate em um recife e pode afundar a qualquer momento. Vem um barco salva-vidas que tem capacidade de transportar todas as pessoas menos uma. Por isso, cada grupo vai excluir um membro, baseado em critérios decididos e aceitos pelo grupo.

Tempo: 15 minutos.

3 - Quem for excluído ficará em um lugar da sala pré-fixado discutindo os critérios utilizados para a exclusão e o sentimento de ser excluído.

4 - Os não excluídos discutirão o que se sentem ao terem de excluir alguém do grupo e definir os critérios de exclusão.

**Pontos para discussão:**

- a) Como interagem as pessoas excluídas e as pessoas que excluem?
- b) Quais os sentimentos evidenciados pelos excluídos?
- c) Como o grupo se sente ao ter de excluir alguém?

**Resultado esperado:**

Ter promovido uma reflexão sobre atitudes de discriminação e preconceito.

## DINÂMICA: REVIVENDO

---

Adolescente

### **Objetivo:**

Possibilitar a vivência de atitudes preconceituosas e a reflexão sobre estas.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla; fitas de tecido; papel, lápis, caneta; balde/cesto; tiras de papel de seda de várias cores; flores artificiais e música instrumental.

Tempo: 40 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - Entregar para cada um dos participante, meia folha de papel em branco e pedir-lhes que escrevam uma pequena ficha de apresentação pessoal. Enquanto escrevem, usar as fitas de tecido para fazer amarras em todos os membros do grupo (procurar usar uma forma diferente para cada um).
- 2 - Após terminarem, por o balde/cesto no meio do grupo e solicitá-los que a colocar as folhas com as fichas dentro do balde.
- 3 - O facilitador deverá, então, começar a discussão:
  - ♦ o que significa para nós o conteúdo das fichas?
  - ♦ para onde elas foram? (se a resposta for balde/cesto, explore um pouco mais)
  - ♦ os preconceitos mudam a nossa visão da realidade?
  - ♦ e as fitas amarradas em nós, o que significam?
  - ♦ é possível viver sem preconceitos e amarras?
- 4 - Após a discussão, o facilitador retoma a imagem do balde de lixo e começa a decorá-lo com as flores e o papel de seda, ao mesmo tempo em que pergunta: Onde está o lixo?
- 5 - A dinâmica termina com todos recolhendo suas fichas do balde/cesto e lendo para o grupo em forma de apresentação.

### **Resultado esperado:**

Os adolescentes sentir-se-ão abertos para identificar seus preconceitos, falar sobre eles e relacioná-los com sua sexualidade e sua auto-estima.



---

# SOLIDARIEDADE

---

**“Caminhando e cantando e seguindo a canção  
Somos todos iguais, braços dados ou não...  
Vem, vamos embora que esperar não é saber  
Quem sabe faz a hora, não espera acontecer”.**

(“Para não dizer que não falei de flores”, Geraldo Vandré)

Muito se tem falado sobre solidariedade nos últimos anos, mas pouco se vivencia a real solidariedade.

Mas o que significa solidariedade?

Solidariedade significa lutar contra o preconceito e a discriminação, aceitar a pessoa como ela é, ajudando a superar dificuldades, angústias e medos, entender que ninguém se contamina porque quer, ajudar as pessoas que convivem com HIV/aids a terem uma vida normal, oferecendo-lhes apoio e amizade.

Para ser solidário, nós precisamos:

- ♦ saber ouvir com discrição os problemas das pessoas;
- ♦ compartilhar os sentimentos;
- ♦ estar abertos para ajudar.

“Ser solidário é construir junto com o outro um quadro social que permita o resgate dos seus valores”.

## DINÂMICA: AIDS NO MUNDO DO ADOLESCENTE

---

**Objetivo:**

Refletir sobre o adolescente no contexto ou na realidade da aids.

**O que você irá precisar:**

Sala ampla, um globo ou uma bola grande, cartões com as letras da frase: "AIDS/ADOLESCENTES UNIDOS NA ESPERANÇA".

Tempo: 40 minutos.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - Entregar a cada participante recebe um cartão com uma letra.
- 2 - O facilitador colocará, no centro da sala, uma bola, representando o mundo.
- 3 - Solicitar os adolescentes a compor, com as letras, palavras ou frases relacionados com o assunto.
- 4 - Deixar que a criatividade corra solta.
- 5 - Após um tempo, dizer aos adolescentes que eles podem ornamentar o "mundo" (bola) e que as letras formam uma frase "slogan" da campanha.
- 6 - O facilitador desafia o grupo.
- 7 - A técnica termina com o mundo ornamentado pelos adolescentes, e, no chão, aparece a frase:  
"AIDS/ADOLESCENTES UNIDOS NA ESPERANÇA"

## DINÂMICA: O TREM DA SOLIDARIEDADE

---

Adolescente

### **Objetivo:**

Auxiliar os alunos a refletirem e expressarem sentimentos de solidariedade.

### **O que você irá precisar:**

Aparelho de som, fita-cassete, música.

Tempo: 40 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - Organizar os participantes em fileiras de quatro ou cinco conforme o número total de participantes.
- 2 - Cada grupo receberá o nome de um vagão que, junto aos demais, comporá um trem.
- 3 - O grupo que forma a locomotiva puxará o trem.
- 4 - Cada parte do trem estará associada a um sentimento de solidariedade escolhido pelo grupo, por exemplo: um vagão representa respeito etc.
- 5 - O facilitador orientará o grupo da locomotiva a fazer o trem partir só quando estiver completo. A locomotiva deverá formar o trem dizendo: "O trem da solidariedade quer partir, mas falta..." e citará um dos componentes do vagão para dizer em voz alta que sentimento está levando para o grupo que contém o vagão.
- 6 - Todos os grupos que forem chamados dirão que sentimentos os levam, segurar-se-ão pela cintura e irão juntar-se à locomotiva, que já começará a caminhar e a fazer evoluções pela sala;
- 7 - Quando o trem estiver completo, sai pela sala gritando o nome dos sentimentos que estará levando.

### **Pontos para discussão:**

Sugestões de sentimentos (respeito, amor, amizade, afeto, aceitação, honestidade, carinho, compreensão etc).

### **Resultado esperado:**

Através da manifestação dos sentimentos, os participantes terão feito uma reflexão sobre a solidariedade.



## PRINCIPAIS DIFICULDADES ENCONTRADAS NO TRABALHO EDUCATIVO DE PREVENÇÃO AO HIV/AIDS

---

Adolescente

### Objetivo:

Discutir as dúvidas, crenças e dificuldades de manejar algumas situações.

### Descrição:

- ♦ Discussão e interpretação de situações apresentadas.
- ♦ Dramatizações de situações.
- ♦ Leitura, discussão, interpretação e solução, em grupo, das seguintes questões:

### UMA CASA COM CUPINS

“Uma certa casa foi bem construída.

*Uma madeira de excelente  
qualidade foi utilizada.*

E, embora ela tenha vários anos,  
ela ainda aparentava ser uma boa  
casa no seu aspecto externo.

*Ela ainda parece ser forte.*

Entretanto, muitos anos atrás,  
cupins entraram na madeira e  
agora o problema é sério.

*Impossível dizer quando eles  
chegaram.*

*Não existem evidências externas  
de que eles estão trabalhando.*

*Um dia veio uma tempestade.*

*Uma grande tempestade, mas não  
maior do que muitas tempestades  
que já havia acontecido.*

*A casa com cupins permanece de pé.*

*Ela é sacudida por fortes ventos.*

*As casas vizinhas são atingidas também.*

Quando a tempestade passou as outras casas estavam de pé, mas esta casa não.

*Inicialmente houve surpresa por a tempestade ter destruído tal casa.*

Então, na madeira da casa desmoronada, o trabalho dos cupins foi descoberto.

*As colunas estão cheias de buracos.*

*Agora é fácil ver o que não se suspeitava antes.*

*A casa tinha, na realidade, se tornado muito frágil”.*

WHO/GPA/HPR/89.1

Questão nº 1 - Comente o texto acima:

Questão nº 2 - O que você entende por Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (AIDS)?

Questão nº 3 - O que causa a aids?

“Ele vinha sem muita conversa sem muito explicar  
Eu só sei que falava, cheirava e gostava de mar  
Sei que tinha tatuagem no braço e dourado no dente  
minha mãe se entregou a este homem perdidamente.

Ele assim como veio, partiu não se sabe pra onde  
E deixou minha mãe com o olhar cada dia mais longe  
Esperando parada, pregada na pedra do porto  
Com seu único velho vestido cada dia mais curto.”

(“Minha História”, Chico Buarque de Holanda)

Questão nº 4 - Comente o texto acima:

Questão nº 5 - De que maneira se transmite o HIV?

Questão nº 6 - Quais são as maneiras que não oferecem risco de transmissão do HIV/aids, mas que a população acredita serem formas de transmissão?

**“A doença é o lado sombrio da vida, uma espécie de cidadania mais onerosa.**

**Todas as pessoas vivas têm dupla cidadania, uma no reino da saúde e outra no reino da doença.**

**Embora todos preferamos usar somente o bom passaporte, mais cedo ou mais tarde cada um de nós será obrigado, pelo menos por um curto período, a identificar-se como cidadão do outro país”.**

(Sontag, 1984)

Questão nº 7 - Comente o texto acima:

Questão nº 8 - Qual a diferença existente entre o portador do HIV e o doente de aids?

Questão nº 9 - Se uma pessoa esta infectada pelo HIV, em quanto tempo ela vai desenvolver a doença?

**“Quem é você?  
Adivinha, se gostas de mim  
Hoje os dois mascarados procuram  
Os seus namorados perguntando assim:  
Quem é você?  
Diga logo eu quero saber o seu jogo  
Que eu quero morrer no seu bloco  
Que eu quero me arder no seu fogo  
Eu sou seresteiro, poeta e cantor  
O meu tempo inteiro, só zombo do amor...  
... Mas é carnaval  
Não me diga mais quem é você  
Amanha tudo volta ao normal  
Deixa a festa acabar  
Deixa o barco correr  
Deixa o dia raiar que hoje eu sou  
Da maneira que você quiser  
O que você pedir  
Eu lhe dou  
Seja você quem for  
Seja o que Deus quiser...”**

(“Noite dos Mascarados”, Chico Buarque de Holanda)

Questão nº 10 - Comente o texto acima:

Questão nº 11 - O que significa, na sua opinião, situação de risco?

Questão nº 12 - O que é sexo seguro, na sua opinião?

“Carlos, professor de inglês, tinha 28 anos quando procurou o médico por causa de uma infecção intestinal. O médico desconfiou de suas lesões de pele e pediu o teste anti-HIV.

Dias depois, Carlos foi buscar o resultado dos exames. Passou pelo psicólogo, depois pelo médico. “Isso me fez ficar preocupado e desconfiado. Quando o médico me entregou o resultado do exame, não consegui fazer outra coisa senão chorar”, conta Carlos. O próprio médico se encarregou de tratá-lo friamente. Ao ver que chorava, perguntou se estava resfriado. Carlos não respondeu. Saiu do consultório e ficou horas num parque, chorando. “Não conseguia pensar em nada, só chorar”, lembra. Depois resolveu procurar seu companheiro. Ficou na casa dele durante uma semana. Não tinha coragem de voltar para casa, contar para a mãe sobre a doença, abrir sua condição de homossexual que a família desconhecia. Mas, acabou voltando e revelando tudo para a irmã que é médica.

A vida seguiu sem grandes mudanças. No final de 1992, Carlos teve que faltar às aulas para uma consulta e apresentou atestado médico. O ano letivo estava terminando, entrou em férias e viajou para o nordeste. Sua saúde ia bem, sem problemas. No começo das aulas, em 1993, seu nome desapareceu do quadro de horários. O indecifrável código que o médico colocara no atestado indicou, para o diretor, que o paciente era portador do HIV. “Os pais e os alunos não vão querer que o senhor continue dando aula. Deixe a escola e não comente esse assunto com ninguém”, disse friamente o diretor.

Acuado, Carlos obedeceu. Estava a partir daí, como dizia Herbert Daniel, civilmente morto. Depois de um período de depressão, procurou um advogado. A escola está certa, foi a resposta que ouviu ao tentar defender seus direitos. Carlos contatou então entidades de apoio aos portadores de AIDS, ameaçou denunciar a escola em programas de televisão e conseguiu uma vitória: a escola lhe paga meio salário mínimo, fornece os vales refeição e o convênio médico. Mas ele está proibido de ir até lá, é obrigado a receber o dinheiro em casa. E a irmã médica tem medo dele. Os amigos sumiram, a mãe reservou um banheiro só para ele, seus talheres são separados e os falatórios giram em torno de como e com quem ele contraiu o vírus.

Ninguém está preocupado com os seus sentimentos. No último ano Carlos perdeu seu companheiro, adoeceu, emagreceu 18 quilos, mas continua guardando no armário o material que usava para ensinar e ainda tem esperança. Aos que acreditam que são imunes e que AIDS é sinônimo de vida promiscua, Carlos lembra que sua vida sexual começou aos 20 anos e que ele teve apenas três companheiros. Mas não se preocupava com a segurança. “Pensamos sempre que com a gente não vai acontecer, não é?”

(Publicado na Revista Nova Escola, Agosto, 1994).

**O que você deverá fazer?**

- 1 - Dividir o grupo em 5 subgrupos, conforme o número de participantes.
- 2 - Entregar para cada grupo um texto, solicitando os adolescentes a realizarem a leitura discutindo as questões dadas.
- 3 - Cada grupo escolhe um coordenador do subgrupo que apresentará suas conclusões, iniciando um debate para o grande grupo.
- 4 - Devido ao grande número de informações e sentimentos evidenciados nesta dinâmica, será conveniente que a mesma tenha continuidade em mais de um encontro.

Questão nº 13 - Comente a situação acima:

Questão nº 14 - Como se detecta a infecção pelo HIV?

Questão nº 15 - Em que situações devemos solicitar o teste anti-HIV para alguém?

Questão nº 16 - O que significa um teste positivo?

Questão nº 17- O que significa um teste negativo?

Questão nº 18 - Se o resultado do teste anti-HIV de uma pessoa for positivo, qual vai ser a sua conduta com essa pessoa?



## **CAPÍTULO III**

# **PREVENÇÃO AO USO INDEVIDO DE DROGAS**

### **CAPÍTULO III – PREVENÇÃO AO USO INDEVIDO DE DROGAS**

Procuramos conscientizar o adolescente a evitar o uso indevido de substâncias psicoativas, por meio de uma abordagem direcionada para a vida. As questões relacionadas com as drogas são trabalhadas dentro de um contexto de valorização da vida e aumento de auto-estima.

Os educadores devem selecionar as técnicas mais relevantes e adaptá-las para as necessidades locais.



---

# PREVENÇÃO AO USO INDEVIDO DE DROGAS

---

O adolescente passa por circunstâncias e situações importantes nesta época de sua vida, tem de suportar transformações físicas e psicológicas que o obrigam a responder a exigências tanto sociais quanto biológicas e intrapsíquicas, nas quais tem de resolver conflitos de dependência e independência, adotar uma identidade pessoal e ser aceito no grupo ao qual pertence, de acordo com condutas socialmente aceitáveis.

Esse processo implica o ajuste gradual do adolescente à aquisição de uma nova imagem corporal que vai alcançando com a maturidade e a capacidade de estabelecer relações interpessoais com o meio. Nesta época é normal que pertença a grupos de iguais, para que possa adquirir segurança e equilibrar a auto-estima. Nesse momento, faz-se necessária a presença de figuras positivas, tais como a família e a escola.

O adolescente precisa discutir as razões para adotar um comportamento preventivo e aprender a resistir às pressões para experimentar drogas. Precisa, também, aprender a expressar seus sentimentos, opiniões, dúvidas, inseguranças, angústias, medos e preconceitos, e trabalhá-los de forma a que possa enfrentar e resolver problemas e dificuldades do dia-a-dia.

O uso de drogas é um comportamento, uma conduta cujas causas precisam ser analisadas para podermos desenvolver um trabalho de educação e prevenção. A educação é o elemento-chave para o trabalho preventivo. Não há dúvida de que é necessário controlar a disponibilidade de drogas, castigar os traficantes e melhorar as condições de vida, mas o que realmente pode livrar os jovens das drogas é uma verdadeira educação preventiva.

A educação preventiva é diferente da simples informação ou repressão. Por isso, procuramos conscientizar o adolescente por meio de uma abordagem direcionada para a vida, onde a prevenção ao uso indevido de drogas se encontra dentro de um contexto de valorização da vida e do ser humano.

Esse conjunto de técnicas foi selecionado e aborda temas essenciais para a juventude que se depara diariamente com conflitos e desencontros (carências de modelos e perspectivas para o futuro), os quais podem levá-la a uma relação perigosa com as drogas. Assim, as vivências lúdicas visam a trabalhar a prevenção nos seguintes tópicos: aceitação do grupo, curiosidade, pressão social, armadilhas, realidade familiar, sentimentos, fantasias, preconceitos, solidão e busca de ajuda.

## DINÂMICA: AMARRAS

---

**Objetivo:**

Auxiliar o adolescente a refletir sobre a prevenção ao uso indevido de drogas.

**O que você irá precisar:**

Sentar em círculo. Aparelho de som, fita-cassete. Música: "Aquarela do Brasil" (Ari Barroso).

Tempo: 20 minutos.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - Ao entrar na sala os participantes receberão um quadrado de papel com uma corrente de lã.
- 2 - Enquanto ouvirem a música de fundo, brincarão livremente com a corrente do cartão que significa amarras.
- 3 - O facilitador solicitará todos fazerem uma reflexão:
  - ♦ Até onde podemos soltar nossas amarras?
  - ♦ O que podemos fazer para trabalhar a prevenção ao uso de drogas?
  - ♦ Qual a disponibilidade para cada um de soltar as amarras e discutir sobre o assunto?
- 4 - As colocações de cada participante, seus questionamentos e suas argumentações serão ouvidos, e as disponibilidades de mudanças serão trabalhadas.

**Pontos para discussão:**

- a) Quais as dificuldades para soltar nossas amarras?
- b) Qual a disponibilidade de cada uma para discutir sobre o assunto?
- c) É difícil falar sobre drogas. Por quê?

**Observação:**

Nesta técnica, faz-se apenas o levantamento da problemática.

**Cuidados e Dicas:**

- ♦ Não oportunizar polêmicas entre os participantes. Caso aconteça, solicite-os a escutarem.
- ♦ As considerações serão feitas ao final da aplicação da técnica.

**Resultados esperados:**

Ao final do exercício, os alunos terão discutido os problemas relacionados com o uso indevido de drogas, bem como as expectativas e sentimentos envolvidos.

---

## O QUE É DROGA?

---

Discute-se, ouve-se e lê-se muito sobre drogas atualmente. Mas o que é droga?

Droga é tudo aquilo o que é utilizado para amenizar a dor, baixar a ansiedade, diminuir as frustrações, aumentar a segurança e a fantasia.

Até o momento, não encontramos explicação satisfatória sobre a ação específica das drogas no organismo, mas o adolescente pode procurá-las por vários motivos: curiosidade, pressão do grupo, sofrimento, angústia e alegria.

É importante perceber o contexto sociocultural no qual a droga está inserida e a relação que o usuário tem com a mesma, pois a partir dessa compreensão, poderemos definir um programa de prevenção.

O adolescente freqüentemente acena com pedidos de limites que, às vezes não são verbalizados, sendo importante reconhecê-los de imediato para formar um vínculo e um compromisso fortalecidos por hábitos saudáveis, atitudes responsáveis, limites e disciplina.

Por isso, o conhecimento das fases uso e abuso de drogas é fundamental para saber qual o momento em que deve ser feita a prevenção e qual o momento de encaminhamento para tratamento:

**Experimentador:** limita-se a experimentar uma ou várias drogas, em geral por curiosidade, sem dar continuidade ao uso. O experimentador prova e decide não fazer mais uso. Os efeitos são só para os momentos de experimentação.

**Usuário ocasional:** utiliza uma ou várias drogas, quando disponíveis ou em ambiente favorável, sem rupturas afetivas, sociais ou profissionais.

**Usuário habitual:** faz uso freqüente, ainda controlado, mas já se pode observar sinais de rupturas.

**Usuário dependente:** fase em que ocorre o uso ininterrupto ou abusivo, com rupturas dos vínculos sociais, não conseguindo mais parar quando quer.

**Dependência química:** os efeitos são de dependência total da droga, perdas familiares, materiais e sociais.

## DINÂMICA: JOGO DOS BALÕES

---

### Objetivo:

Proporcionar uma reflexão sobre o que conhecemos sobre drogas, qual a nossa visão do problema e como podemos fazer a prevenção ao uso indevido de drogas.

### O que você irá precisar:

Sala ampla, sentar em círculo e 3 balões coloridos.

Tempo: 30 minutos.

### O que você deverá fazer:

- 1 - Dividir o grupo em 06 (seis) subgrupos, de acordo com o número de participantes.
- 2 - O facilitador do grupo dará o código individualmente para cada subgrupo.
- 3 - Para cada subgrupo será dado um balão de cor diferente.
- 4 - Cada subgrupo receberá seu código:  
Grupo 1 - código: A visão que você tem das drogas.  
Grupo 2 - código: O que você sabe sobre drogas.  
Grupo 3 - código: O que você pode fazer para prevenir o uso de drogas.  
Grupo 4 - código: A visão que você tem das drogas.  
Grupo 5 - código: O que você sabe sobre drogas.  
Grupo 6 - código: O que você pode fazer para prevenir o uso de droga.
- 5 - O facilitador deverá passar cada código aos subgrupos, certificando-se de que um grupo não saberá o código do outro.
- 6 - Cada subgrupo fará uso da linguagem não-verbal (sem o uso da palavra), podendo apenas utilizar mímicas e gestos aproveitando sempre o balão cheio para auxiliar o processo de dramatização.
- 7 - Após a apresentação de cada subgrupo, abrir o grande grupo para identificar os códigos, favorecendo, assim, a discussão.

### Discussão em grupo:

- a) Qual a dificuldade de se explicar sem utilizar palavras?
- b) O porquê da certeza de que foram entendidos.
- c) Quanto se deve entender e conhecer de drogas?
- d) O que pode ser feito para se trabalhar a prevenção?
- e) O que posso comprometer?

### Cuidados e Dicas:

Se algum participante estourar um balão, este deverá ser recolocado e obedecer a mesma cor.

### Resultados esperados:

Ter proporcionado uma reflexão sobre o que o grupo sabe a respeito de drogas, seu entendimento do problema e o que o adolescente pode fazer, como estudante e cidadão, para evitar o uso.

---

## FACILITANDO A EXPRESSÃO DE MENSAGENS

---

Na transmissão da mensagem sobre prevenção ao uso de drogas para os adolescentes, devemos trabalhar com mudanças de valores, abordando hábitos, atitudes e limites, promovendo a auto-estima e a valorização da vida.

Os adolescentes pedem limites e, na maioria das vezes, esse pedido não é entendido.

O pedido de limites ou de ajuda que o adolescente transmite pode ser expresso por meio de mensagem verbal ou não-verbal. Quando opta pela mensagem verbal, o adolescente fala muito, questiona, argumenta, mas nem sempre essas ações correspondem ao que está sentindo ou acreditando.

Quando opta pela mensagem não-verbal, a relação com os outros sentidos é mais intensa e mais vivencial, havendo uma dificuldade de compreensão por parte do adulto.

O profissional que trabalhar a prevenção ao uso de drogas com os adolescentes, necessita ter uma compreensão da linguagem e do ritmo do grupo, uma vez que o adolescente se comunica por uma linguagem implícita, própria de seu modo de ser e nem sempre entendida pelo adulto.

O adolescente precisa discutir as razões para adotar um comportamento preventivo e aprender a resistir às pressões para experimentar drogas. Cabe ao educador ajudar o adolescente a estabelecer a comunicação, para que ele possa expressar seus sentimentos, dúvidas, inseguranças, angústias e medos, e trabalhá-los de forma a que possa enfrentar e resolver problemas e dificuldades do dia-a-dia.

## DINÂMICA: MENSAGEM

---

**Objetivo:**

Auxiliar o adolescente a transmitir e receber informações, percebendo a diferença entre o verbal e o não-verbal.

**O que você irá precisar:**

Sala ampla. Aparelho de som/fita cassete. Música instrumental alegre e movimentada.

Tempo: 20 minutos.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - Os participantes se deslocarão pela sala ao ritmo da música de fundo.
- 2 - Ao passarem pelo seu companheiro, irão olhar, percebê-lo sem dizer nenhuma palavra.
- 3 - A seguir, quando cruzarem com o companheiro (sem dizer nenhuma palavra), irão sensibilizá-lo, informá-lo, convidá-lo para sair das drogas, por meio de gestos, mímicas e linguagem corporal.
- 4 - Observar os participantes até o término da música.
- 5 - Ao final da técnica, o facilitador questionará como foi a vivência e o que ela mobilizou em cada um.
- 6 - Ouvir a argumentação de todos, as dificuldades e as facilidades de passar a mensagem.

**Pontos para discussão:**

- a) O que você sentiu em relação ao seu parceiro?
- b) É fácil passar mensagens não-verbais?
- c) O outro consegue perceber o que você está transmitindo como mensagem? Por que?
- d) O que esta dinâmica mobilizou em cada um?

**Resultado esperado:**

Ter promovido a percepção dos sentimentos que estão envolvidos nas mensagens verbais e não-verbais.

---

# MUDANÇA

---

**“Meus amigos fumam. Eu me sentia de fora quando não fumava.  
Hoje, fumo uma carteira por dia e acho difícil parar.  
Acho que fumar é um sucesso e dá um certo charme.”**

(E.R..17 anos, 7ª série - Revista Nova Escola)

Muitos adolescentes acham que precisam fazer “o que todo mundo faz”, porque a confiança e a segurança em si mesmos não são valorizadas. Eles buscam seus iguais para se sentirem iguais, amparados e confiantes.

Os jovens, enquanto não têm valorizadas a sua auto-estima e individualidade, buscam segurança no grupo. Cabe aos pais e professores não apenas lidar com as inseguranças do adolescente, como também realizar uma abordagem coerente que proporcione mudanças de atitude.

A disponibilidade de mudança é um processo interior, necessitando, muitas vezes, ser estimulado a partir de uma reflexão da situação cômoda ou incômoda em que se vive.

## DINÂMICA: JOGO DAS FITAS

---

**Objetivo:**

Auxiliar o adolescente a refletir como ele está (posição ou situação) e repensar sobre coisas que o incomodam ou o deixam em situação cômoda.

**O que você irá precisar:**

Fitas largas de 1 metro de comprimento, barbantes ou retalhos. Música lenta - instrumental.

Tempo: 35 minutos.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - Os participantes caminharão pela sala lentamente, em silêncio, ouvindo a música instrumental.
- 2 - Cada adolescente escolherá um par para trabalhar.
- 3 - Um participante da dupla solicita o seu par a ficar em posição de estátua de acordo com sua criatividade.
- 4 - Um participante amarrará o seu par na posição de estátua, utilizando fitas, barbantes ou retalhos de tecidos.
- 5 - Cada participante amarrado deverá se dirigir ao centro da sala dizendo algo sobre: vida, prevenção ou drogas.
- 6 - À proporção que falarem, tentarão soltar-se desamarrando-se sozinhos sem a ajuda do outro.
- 7 - Após a participação do último adolescente, abrir o grupo para discussão.

**Pontos para discussão:**

- a) Existe dificuldade de falar quando se está comprometido ou amarrado?
- b) É fácil ter de se desamarrar sem a ajuda do outro?
- c) Como você se sentiu neste momento?
- d) É necessário se esforçar para ter de ir ao encontro da vida e da prevenção?

**Resultados esperados:**

Ter promovido uma reflexão sobre as dificuldades de procurar auxílio dos que estão envolvidos com a droga, bem como sobre a dificuldade de ajudar, por parte dos que não estão envolvidos.

---

## IDENTIFICAÇÃO COM O GRUPO

---

Adolescente

O grupo é importante para o adolescente, pois com ele compartilha seus desejos, inquietudes, temores, experiências e interesses comuns. A imitação e repetição de ações e atitudes garantem a aceitação no grupo. O sentimento de pertencer ao grupo faz parte do crescimento do adolescente, e este, com seus conflitos, é bem aceito pelo grupo.

No ritual da aceitação, não é necessária muita conversa, o contato é simples, repetitivo e de identificação. O jovem pertence. Ocorre o desafio, mesmo que velado, para que o jovem concorra para pertencer ao grupo.

O grupo valoriza o que acontece com os seus companheiros. É natural temer que o grupo o exclua, pois é depositário de muitas experiências e inquietudes. Entretanto, nem sempre que alguém se opõe à opinião do grupo irá rejeitado ou excluído, pode, pelo contrário, ganhar respeito em relação a ele.

## DINÂMICA: DESCONTRAÇÃO

---

**Objetivo:**

Auxiliar os adolescentes a compreenderem a identificação com grupos e a identificação por repetição de ações.

**O que você irá precisar:**

Sala ampla, aparelho de som, fita-cassete. Música: Coletânea de vários ritmos (forró, valsa, lambada, rap, pagode, samba, rock e axé).

Tempo: 20 minutos.

**Obs.:** Gravar uma fita utilizando vários ritmos.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - Os participantes estarão na sala em pé.
- 2 - O facilitador lançará um desafio: "Quero ver quem acompanha o ritmo".
- 3 - Estimular o grupo à participação, observando-se as reações individuais e do grupo. Deixar a expressão correr livremente. Terminando a música, solicitar o grupo a comentar a respeito da técnica.

**Pontos para discussão:**

- a) Por que os Participantes se esforçam em fazer os mesmos passos?
- b) Por que os participantes ajudam, ensinam, até estarem todos no mesmo ritmo e cadência?
- c) A necessidade de estar no grupo, pelos movimentos que ele faz, batendo palmas ou incentivando os outros.
- d) Como é ser influenciado pelo grupo, e quando nos deixamos influenciar?
- e) Por que mesmo que alguns não queiram dançar, são contagiados pelo grupo e aprendem os passos ou movimentos?
- f) É importante respeitar os ritmos individuais? Por quê?

**Resultado esperado:**

Ter promovido uma discussão sobre o significado de identificação com grupos.

---

## PRESSÃO DE GRUPO

---

Para a maioria dos adolescentes, é importantíssimo fazer parte, pertencer a um grupo ou a uma turma, porque isso infere a ele um "sentimento de identidade". O grupo varia conforme a atividade que desenvolve e o local onde se reúne. Pode ser formado por colegas, conhecidos ou apenas gente da mesma idade.

O lado bom do grupo é que torna os momentos mais felizes quando dividimos coisas boas, faz com que as coisas fiquem mais leves quando estamos com problemas, e até dá coragem para tomarmos algumas decisões que sozinhos não conseguiríamos, por exemplo: ir a festas, dançar, paquerar.

Mas, existem muitos aspectos que não são tão legais, por exemplo, quando o grupo exerce poder de pressionar, de influenciar ou de convence o adolescente a fazer algo que não é bom, ou correto, ou deixar de ser legal e correto. A pressão do grupo pode se manifestar de diversas formas: convincente, sedutora ou intimidatória, por exemplo: "Ora, não seja criança - experimente isso!", ou "Me dê uma prova que você me ama e faz isso por mim".

Alguns adolescentes são mais influenciáveis à pressão do grupo do que outros. Entretanto, dependendo da situação, o adolescente apresenta reações diferentes a um mesmo tipo de pressão, aceitando ou não o desafio.

Muitas vezes é difícil enfrentar a pressão do grupo, por isso é importante proporcionar para o adolescente uma reflexão sobre os sentimentos de auto-estima e defesa de seus conceitos e valores.

## DINÂMICA: DENTRO E FORA

---

### **Objetivo:**

Auxiliar o adolescente a vivenciar a pressão social e de grupo, e a defender seus sentimentos e valores.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla, aparelho de som, fita cassete, balões coloridos. Música: "Sinfonia 40" (instrumental).

Tempo: 30 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - Dividir-se os participantes em dois grupos (metade para cada lado).
- 2 - Solicitar a um grupo a ficar no centro. A este grupo não dados 3 balões, de cores diferentes, os quais serão denominados por sentimentos ou valores escolhidos pelo grupo.
- 3 - Enquanto isso, o outro grupo ficará de mãos dadas, circundando o que está dentro.
- 4 - Serão dados dois códigos de jogo:
  - a) O grupo de dentro, deverá defender os seus balões, valores ou sentimentos que estarão representados nos balões;
  - b) O grupo de fora, de acordo com o ritmo da música, seguirá os códigos: direita, esquerda, dentro, fora.
- 5 - O grupo de dentro não poderá segurar os balões que devem ficar em movimento no ar.
- 6 - O grupo de fora não poderá soltar as mãos, fará somente os movimentos do código de jogo. Iniciar o jogo.
- 7 - Em um segundo momento, inverte-se a posição dos grupos, possibilitando a ambos vivenciarem a pressão que o grupo exerce e a pressão que sofre.

### **Pontos para discussão:**

- a) O que aconteceu? Como se sentiram?
- b) Aconteceram movimentos violentos no grupo?
- c) Como foi a articulação dos subgrupos para ataque e defesa?
- d) Quais as dificuldades/facilidades de defesa dos sentimentos?
- e) Como é pressionar e ser pressionado?
- f) É mais cômodo pressionar ou ser pressionado?

### **Observação:**

- ♦ Se houver alguém com problemas físicos, é melhor que fique fora do jogo.
- ♦ Cuidados com óculos, pregadores, etc.

### **Resultados esperados:**

Ter proporcionado uma reflexão sobre o significado de pressão social e de grupo, e, também, sobre a defesa de sentimentos e de valores.

---

## MECANISMO DE DEFESA

---

As defesas são armas que utilizamos como justificativa para fazermos ou não, alguma coisa. Elas se manifestam de diferentes formas, mas sempre têm o mesmo objetivo: justificar. Para tanto, lançamos mão de discursos, queixas, impedimentos, desculpas, trabalho, justificativas e até amor. A alegria e a tristeza assumem um papel de acomodação nesse processo. Por estarmos alegres ou eufóricos, temos medo de parar e ver a realidade. Por estarmos tristes, não encontramos motivos para enfrentamentos.

Os jovens usam muitos mecanismos de defesa (bengalas) que podem ser observados por movimentos de corpo, frases ditas isoladamente ou em discurso, ou simplesmente como mecanismo estabelecido e introjetado.

Os mecanismos de defesa mais usados entre os jovens são:

**Negação:** "Este problema não é meu!" "Isto não acontece comigo!"

Mesmo que evidente, o adolescente não percebe o que está acontecendo e funciona cegamente em relação a este mecanismo.

**Racionalização:** "Estou assim pelas dificuldades financeiras." "Não dá, está difícil".

As razões estão em função das suas justificativas para a manutenção do problema.

**Intelectualização:** "Eu sei, eu já li tudo isso! Não é bem assim, tem muita discussão nova!"

**Projeção:** "Estou assim por causa de minha família." "Qual é? Eu não tenho ninguém!", Aqui, vemos os seus conflitos e reflexões sendo colocados nos outros.

Por isso, é fundamental promover ao jovem auto-estima e o incentivo para a adoção de uma vida mais saudável.

Geralmente, é necessário se tornar vulnerável (abandonando as defesas) para retomar a identidade, o espaço, a confiança, a conquista do próprio caminho, a própria vida.

## DINÂMICA: A BENGALA

---

### **Objetivo:**

Auxiliar o aluno a perceber os mecanismos de defesa.

### **O que você ira precisar:**

Sala ampla. Aparelho de som, bengala ou bastão de madeira, folhas de jornal, fita durex. Fita larga 4 cm largura x 1,5m de comprimento. A fita deve estar presa ao chão. Música: "O Bêbado e o Equilibrista".

Tempo: 25 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - O facilitador distribuirá uma folha de jornal para cada participante, solicitando-os a fazerem, desta folha, um bastão.
- 2 - Os participantes estarão sentados em círculo segurando os bastões.
- 3 - O facilitador estenderá no chão uma fita.
- 4 - O facilitador irá segurar uma bengala ou bastão de madeira e ao som da música de fundo, dança como bêbado e equilibrista na corda bamba (fita que foi colocada no chão), sendo observado pelos participantes.
- 5 - Em seguida, os participantes levantarão e imitarão a dança do facilitador e em seguida sentarão.
- 6 - Após este momento, o facilitador passa para o grupo o código da dinâmica: cada bastão representa uma bengala que usamos na vida. Solicita ao grupo que reflita sobre Bengalas.
- 7 - Fazer um período de reflexão. Agora, o facilitador solicitará que os participantes (um de cada vez) a expressem seus sentimentos, utilizando os bastões para transmitir a mensagem.

### **Pontos para discussão:**

- a) O que são bengalas ?
- b) Que bengala você usa?
- c) Que bengala são usadas freqüentemente para mascarar sentimentos e atitudes?

### **Observação:**

Caso ocorram colocações do tipo: Bengala em relação a que? A minha vida? Ao trabalho? Qualquer coisa? Eu não tenho bengala! O facilitador deve apenas devolver o código da dinâmica: Bengalas usadas na vida, isto é, em que nos apoiamos para mascarar, justificar ou negar nossas ações.

### **Resultado esperado:**

Ter promovido uma reflexão sobre mecanismos de defesa que utilizamos como justificativas.

---

## ELABORAÇÃO E CONSTRUÇÃO DE TAREFAS

---

Adolescente

Cada um deve saber o que pode fazer, o que está ao seu alcance, e fazer bem.

A construção depende da qualidade da contribuição e não da quantidade. Para o crescimento da pessoa e do grupo, é importante ser escutado e escutar, colaborar com informações novas, fazer reformulação, e principalmente aceitar contribuições.

A construção é um processo coletivo, sistemático, acompanhado de avaliações e reavaliações. O adolescente precisa refletir sobre estas questões.

Em relação às drogas, o adolescente pode construir o seu caminho, tem a possibilidade de fazer a sua opção, expandir a sua consciência e sentir-se motivado a viver.

## DINÂMICA: JOGO DOS BASTÕES

---

**Objetivo:**

Trabalhar com o adolescente as dificuldades e as facilidades da vida, a colaboração e a formação de grupos para o desenvolvimento de tarefas.

**O que você irá precisar:**

Sala ampla, aparelho de som, fita cassete, folhas de jornal. Música: "That's What Friends Are For".

Tempo: 20 minutos.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - O facilitador distribuirá uma folha de jornal para cada um, solicitando-os a fazerem desta folha um bastão (canudinho), e perguntará aos participantes:
  - ♦ Que nome vocês dariam ao bastão?
  - ♦ O que fariam com ele? Ouve-se as colocações de todos, atentamente.
- 2 - A seguir, pedirá aos participantes para formar grupos de 4 ou 5 pessoas e pergunta:
  - ♦ O que cada grupo faria com o conjunto de bastões?
- 3 - pós um tempo dado, ouvir os grupos com as suas respectivas colocações.
- 4 - Seguir perguntando:
  - ♦ O que o grupo faria com todos os bastões? Deixa-se um tempo para que o grupo se organize, discuta, reflita.
- 5 - Após este tempo, ouvir o relato de um membro do grupo. Terminado o relato, recolher os bastões.

**Pontos para discussão:**

- a) Como se formou o grupo ou a parceria?
- b) Existiu trabalho? Foi integrado? Existiu a colaboração?
- c) Você soube escutar, soube dizer?
- d) Discutir os sentimentos envolvidos no desenvolvimento da tarefa. Foi uma ilusão, mágica ou imediato?

**Resultado esperado:**

Ter realizado uma discussão sobre o trabalho integrado e a colaboração.

---

## A FANTASIA DA DROGA

---

Adolescente

A adolescência é vista como uma fase entre a infância e a vida adulta, marcada por grandes mudanças físicas e psicológicas.

O adolescente está em busca de sua aceitação no grupo, do par ideal, de profissão, de respostas, de soluções, de si mesmo e de sua identidade.

Porém, esta busca vem acompanhada de incertezas que o deixam inseguro e angustiado.

Por estar muito vulnerável a pressões, sofrimentos, prazeres e valores, o adolescente pode ver a droga como algo mágico que traz solução para os seus problemas, aliviando o sofrimento e a angústia e também dando força e prazer.

Entretanto, esta fantasia é passageira e ele volta para à sua realidade. Assim é importante desenvolver um tipo de exercício que permita ao adolescente fazer uma reflexão sobre seus sentimentos, valores e a vida.

## DINÂMICA: FANTASMA/BOMBA

---

### Objetivo:

Auxiliar o adolescente a refletir sobre sentimentos escondidos, o desconhecido e sobre experimentação.

### O que você irá precisar:

Sala ampla, aparelho de som, fita-cassete, fraldas de pano (uma para cada participante). Música: "Fantasma da Ópera".

Tempo: 30 minutos.

### O que você deverá fazer:

- 1 - O facilitador perguntará aos participantes se sabem brincar de "fantasma". Ouvirá algumas colocações, distribuirá uma fralda para cada participante, e explicará o jogo, enquanto observará o que cada um faz com a fralda.
- 2 - Solicita-los a vir para o centro da sala. OK. Seremos fantasmas. Ao som da música de fundo, os fantasmas se deslocam na sala.
- 3 - Ao código de jogo "FANTASMA", todos cobrirão a cabeça e circularão. Ao código de FANTASMAS LIVRES, retirarão a fralda da cabeça e ao encontrar um companheiro, dirão o que estão sentindo.
- 4 - Repetir o jogo por mais algumas vezes;
- 5 - Observar o grupo.
- 6 - Parar o jogo.
- 7 - O facilitador dará outro código de jogo:
  - ♦ “A partir deste momento, quando taparem a cabeça, vocês serão bombas e ao bater em alguém explodirão. Ao explodir fazem: BUM!!
  - ♦ Inicia-se normalmente o jogo e o facilitador vai orientando para que se protejam, escutem, façam silêncio.
  - ♦ Protejam-se, percebam-se.

Terminada a música, pára-se o jogo e solicita-se a relatarem o que ocorreu.

### Pontos para discussão:

- a) Por que algumas pessoas assustavam os colegas?
- b) Por que algumas pessoas têm dificuldade de interiorização, necessidade de barulho?
- c) Por que alguns participantes fazem questão de explodir e outros de se proteger?

### Cuidados/Dicas:

- ♦ Não obrigar os participantes a fechar os olhos.
- ♦ Não vendar os olhos.
- ♦ Se alguém tem medo de fantasmas, ou de cobrir a cabeça, não deve participar da técnica.

### Resultado esperado:

Ter feito o adolescente refletir sobre os seus sentimentos relacionados com a droga e com a experimentação.

---

## RITUAL DO USO DE DROGAS

---

Adolescente

**“Há pouco mais de um ano eu curtia vários tipos de drogas.  
Comecei por curiosidade, para saber o que acontecia.  
Primeiro foi o cigarro comum, nas rodas de amigos, depois a  
maconha... No começo tudo é fácil, não falta amigo para  
oferecer.  
Depois tem que batalhar para comprar...”**

(J. da Silva, 15 anos, 7ª série de uma escola pública da Zona Norte de São Paulo -  
Revista Nova Escola)

O adolescente não percebe, na maioria das vezes, que está se envolvendo em uma espécie de ritual de uso de drogas. Como ele tem uma necessidade de se envolver, de se comprometer com um grupo, entra no embalo do ritmo desse grupo, não percebendo a droga. Quando percebe tem dificuldade de dizer não para os seus amigos, mesmo contrariando alguns de seus princípios e valores.

Todos nós, em maior ou menor escala, sofremos algum tipo de influência dos outros, da mídia e da sociedade, e nem sempre fazemos o que julgamos correto. Entretanto, devemos refletir sobre nossas atitudes, encontrar meios de seguir e expressar nossos próprios sentimentos e idéias sobre o que consideramos correto e não simplesmente imitar ou nos render à pressão dos outros.

## DINÂMICA: O RITUAL

---

### **Objetivo:**

Auxiliar o aluno a refletir sobre o ritual de uso de drogas e os aspectos sedutores envolvidos.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla, aparelho de som, fita cassete, balas. Música: "Pour Elise" (instrumental) ou qualquer outra música instrumental.

Tempo: 20 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - O facilitador solicitará os participantes a se colocarem no centro da sala, de pé e em círculo.
- 2 - Diz que vai lhes ensinar uma coreografia, e necessita da ajuda dos mesmos para o aprendizado.

Explicação da coreografia: **Dois passos para a direita, um para a esquerda, dois para a direita, abaixou e levantou.** Após repetir várias vezes, pergunta se aprenderam.

- 3 - A seguir, solicitará os participantes a fazerem a coreografia com música.
- 4 - O grupo iniciará a coreografia, seguindo a cadência da música, repetindo até finalizar o som.
- 5 - Enquanto ocorre a coreografia, o facilitador distribuirá uma bala, que está previamente desenrolada e colocada sobre um prato, para cada um dos participantes. Os participantes, sem desviar a atenção da coreografia, pegarão as balas. O facilitador, após alguns segundos, irá sugerir ao grupo a trocarem de bala com o companheiro. Parar o jogo.

### **Pontos para discussão:**

- a) Alguns participantes não pegam a bala.
- b) Outros esquecem a coreografia e saem atrás da bala, que está no prato, na mão do facilitador.
- c) Alguns trocam de bala com a maior facilidade.
- d) Envolvimento com a coreografia, compromisso de acertar e aceitar.
- e) Facilidades de aceitação da bala.

### **Cuidados/Dicas:**

- ♦ Ter o cuidado para que não seja obrigatória a troca de bala.
- ♦ Usar balas tipo jujuba.

### **Resultado esperado:**

Ter encorajado um pensamento cuidadoso a respeito dos riscos do ritual da droga, e a ligação entre a troca de seringas e aids.

---

# REFLETINDO SOBRE A DEPENDÊNCIA

---

Adolescente

**“Bebi pela 1ª vez quando tinha 9 anos.  
Era uma festa de aniversário e meu pai deixou eu beber um  
pouco de cerveja do copo dele...  
No ano passado comecei a sair com uma turma que gosta de  
beber e comecei a tomar também, principalmente cerveja...”**

(M.S 14 anos - Revista Nova Escola)

As drogas de maior uso entre os adolescentes são o álcool e o tabaco. Entretanto, devemos nos preocupar com as drogas ilícitas, principalmente devido ao risco de transmissão do HIV por essa prática, e estar atentos com as drogas lícitas que são veiculadas em propagandas de incentivo, e além do mais estão presente nos lares, famílias e comunidades.

O adolescente busca as drogas como “pedido de socorro”, o que nem sempre está relacionado ao uso, mas aos seus conflitos pessoais, por exemplo: “Ninguém tem nada que ver”, “Tô!, noutra”, “Deixa comigo, eu sei o que faço”, “Não dá nada, eu tô seguro”.

A leitura destes sentimentos nos permite perceber, na contradição do adolescente, a vontade de ser acolhido. Na questão das drogas, o pedido de ajuda pelo adolescente é implícito, sendo importante fazer a leitura desses sentimentos sem o incentivo de códigos que poderiam estimular a continuação do uso. Uma abordagem coerente com os objetivos da prevenção deve discutir os preconceitos em relação à droga e ao usuário.

## DINÂMICA: A BOLSA

---

**Objetivo:**

Auxiliar o aluno a refletir sobre dependência.

**O que você irá precisar:**

Sentar em círculo, aparelho de som, fita cassete. Música: "ZANFIR" (instrumental) ou qualquer outra música instrumental.

Tempo: 35 minutos.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - Sugerir-lhes que relatem que mostrem o conteúdo de suas bolsas, mochilas, carteiras e bolsos (dos meninos).
- 2 - Cada participante fará o seu relato ou exposição.

**Pontos para discussão:**

- a) É necessário carregar tudo?
- b) O que nos faz carregar tudo ou nada?
- c) Que sentimento é esse?
- d) Tem alguma droga entre os pertences? Sim ou não? Lícita ou ilícita?
- e) Ampliam-se a reflexão e discussão sobre o que o grupo considera como droga e dependência.

**Observação:**

**O FACILITADOR DEVE APROVEITAR A DISCUSSÃO PARA INTRODUIR CONTEÚDOS TEÓRICOS COMO: O QUE É DROGA; O QUE É DEPENDÊNCIA; O QUE É USO E ABUSO DE DROGAS; RISCOS DO ABUSO; PRECONCEITO EM RELAÇÃO AOS USUÁRIOS DE DROGAS.**

**Cuidados/Dicas:**

Respeitar os participantes, durante a técnica, permitindo que exponham apenas o que querem.

**Resultado esperado:**

Ter promovido uma reflexão sobre as nossas dependências.

---

## REALIDADE FAMILIAR

---

Adolescente

A família vem se transformando ao longo dos tempos, procurando acompanhar as mudanças no comportamento social. Cada família tem um código próprio de conceitos e valores. No cotidiano, esses códigos nem sempre dão segurança aos seus componentes, fazendo que as relações se tornem frágeis e inseguras.

Às vezes, não se definem papéis, não existem contratos de responsabilidade, e os pais se sentem perdendo o referencial da educação que receberam, optando por serem liberais e atualizados, deixando de estabelecer limites aos filhos, ficando o adolescente solto.

Quando o adolescente não recebe de seus pais orientações quanto à preservação de valores, podem se tornar indisciplinados, irreverentes e agressivos.

A importância de fazer o adolescente refletir sobre a responsabilidade que cada um tem dentro da dinâmica familiar, é imprescindível para melhorar as relações e a comunicação dele com a família, e também melhorar o entendimento da imposição de limites pelos pais.

## DINÂMICA: CAMA, MESA, BEBÊ

---

### **Objetivo:**

Auxiliar o aluno a fazer um reflexão sobre a realidade familiar, papéis e responsabilidades.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla, sentar em círculo, aparelho de som, fitas-cassete, brinquedos infantis (cama, mesa e boneca), música suave.

Tempo: 40 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - Os participantes sentarão no chão, em círculo, junto com o facilitador. Este tem consigo uma mesa e uma cama (brinquedo).
- 2 - O facilitador fará uma pergunta ao grupo:
  - ♦ Lá em casa tem mesa ?
  - ♦ O que lembra esta mesa ?Pega a mesa e passa ao participante do grupo que está à sua direita. Este responde a pergunta e passa para o outro e assim sucessivamente. Faz-se o mesmo processo com a cama.
- 3 - O facilitador perguntará ao grupo:
  - ♦ É esta a realidade das nossas famílias?
- 4 - Abrir a discussão (10 minutos).
- 5 - A seguir, o facilitador pegará o boneco no colo e dirá:
  - ♦ Olhem quem está aqui! Sabem, ele está chorando, estão ouvindo, está difícil de parar. Pergunta ao grupo:
  - ♦ Como fariam ou o que fariam para acalmá-lo? Passa o boneco aos participantes do grupo, que vão expressando como acalmá-lo.
- 6 - O facilitador abrirá a discussão:
  - ♦ É esta a realidade das crianças e dos jovens?
- 7 - O facilitador pergunta ao grupo:
  - ♦ E você? E a sua criança? Você quer carinho? Quem sabe um pouco de sossego. Uma canção de ninar.
- 8 - Dito isso, solicitará ao grupo que deite no chão, próximo do companheiro ou tocando nele.
- 9 - Ouvir uma canção de ninar, como música de fundo. Terminada a música, os participantes se espreguiçarão, relaxarão e voltarão a sentar.

### **Observação:**

Pode ser questionada a realidade de outras famílias.

### **Resultado esperado:**

Ter encorajado uma reflexão sobre a realidade familiar e seus valores.

---

## A FAMÍLIA CONVIVENDO COM DROGAS

---

Adolescente

Quando um adolescente está envolvido com algum tipo de droga, toda família é direta ou indiretamente afetada pelo problema.

Identificamos a inversão dos papéis familiares, como, por exemplo, os pais tolerando comportamentos inadequados e não conseguindo impor os limites para o adolescente.

Este exerce quase que uma função de comando dentro da família, fazendo o seu caminho e procurando assegurar o seu espaço, por meio da desestruturação do espaço dos familiares.

Seja qual for a situação, devemos verificar a forma como estamos agindo, que tipo de trajetória estamos descrevendo, qual é o nosso papel e a nossa função.

Perguntar e dialogar são atitudes de base frente aos adolescentes com problemas de drogas. Nenhum dependente químico pode curar-se sem que o mesmo queira, e é necessário ajudá-lo para que deseje a cura, através da compreensão, da confiança de um diálogo sincero e sem censuras.

"Você tem coisas para me dizer e estou disposto a escutar e querendo entender".

Devemos escutar e ajudá-lo a descobrir e compreender as causas que o levaram ao consumo repetitivo, e analisar suas motivações. É necessário oferecer informação sobre o que são drogas, seus efeitos e fazer-lhe compreender que elas de nenhuma maneira resolverão seus problemas, só irão piorá-lo.

Estudar com ele as possibilidades de atividades alternativas ao uso de drogas que respondam seus interesses e também suas habilidades que podem ser do tipo: artístico, esportivo, de convivência com outros jovens, de ajuda voluntária na comunidade para sentir-se útil etc.

Quando a dependência é grave, a única atitude da escola é convencer o adolescente aceitar voluntariamente o tratamento.

No momento de fazer a comunicação aos pais, a escola não deve exagerar o problema, mas sim, procurar que os membros da família tenham uma atitude de compreensão, e aceitem entrar em diálogo com o adolescente. Muitas vezes, a única estratégia preventiva para mudança de comportamento que funciona é a amizade.

## DINÂMICA: O RASTRO

---

### Objetivo:

Auxiliar o adolescente a compreender a posição da família quando esta identifica problema de drogas em algum de seus membros.

### O que você irá precisar

Sala ampla, aparelho de som, fita cassete. Música: "Improvisation of Carmem" (instrumental) ou qualquer outra música instrumental.

Tempo: 20 minutos.

### O que você deverá fazer:

1 - O facilitador solicitará os participantes a formarem uma fila, sendo ele o primeiro. Perguntará ao grupo:

- ♦ Sabem brincar de "chefe manda"? Ou sombra? Pois bem, tudo que eu fizer terão que fazer também.

2- Iniciar a música enquanto o facilitador caminha pela sala, fazendo gestos, movimentos com o corpo, dando passos para frente e para trás, deslocando-se pela sala cortando a própria fila, várias vezes.

3 - Terminar a música, terminar o jogo. O facilitador deverá pedir aos integrantes do grupo, que se olhem e observem as posições que se encontram e as mudanças que ocorrem. O facilitador perguntará aos participantes:

- ♦ O que se passou aqui? O que aconteceu?

### Pontos para discussão:

- a) Como se sentem com a troca de posições no grupo?
- b) Houve dificuldades para copiar?
- c) Alguém pisou nos pés do outro?
- d) Alguém se esforçou para fazer igual?
- e) Quem quebrou a cadeia?
- f) Como foi manter-se no lugar?
- g) Qual a atitude que a família deve ter ao descobrir que o filho(a) está usando drogas?
- h) Qual a atitude que a família não deverá ter frente a esta situação?

### Resultado esperado:

Ter promovido uma melhor compreensão dos papéis familiares frente a problemas de drogas na família.

---

# POSTURAS

---

Os adolescentes, diante da problemática da droga, assumem posturas extremas que vão da rigidez à anulação. Entretanto, é importante a busca do equilíbrio para encontrar a sensibilidade para a reformulação. Os estereótipos, na maioria das vezes, estão relacionados com a postura adotada naquele momento, por exemplo: uso de brinco, tatuagem, cabelo longo, postura ao caminhar, metais etc.

Que motivos levam o adolescente a adotar determinadas posturas em determinados momentos? O que este adolescente está querendo mostrar ou dizer?

É fundamental ter a sensibilidade de perceber e ouvir os apelos caracterizados pelas posturas, para poder fazer uma orientação e um acompanhamento adequado do adolescente.

A repressão, a coação, ou mesmo as posturas de vigilância ou de controle são táticas pouco úteis com o usuário ocasional e totalmente inúteis com o usuário compulsivo de drogas.

Quando se surpreende um adolescente usando drogas, algumas medidas são muito importantes no manejo da situação:

- 1 - aproximar-se e falar com ele amistosamente procurando abrir um diálogo mútuo de confiança, tentando ajudá-lo a refletir e compreender as causas que o levaram ao uso de drogas. Eles necessitam de serem escutados mesmo que não demonstrem claramente seus problemas;
- 2 - avaliar a situação, o tipo de droga usada, a frequência do uso e o nível de conhecimento do adolescente sobre a droga são necessários para poder realizar uma abordagem adequada;
- 3 - procurar identificar a atitude dos pais frente ao problema, para poder envolvê-los no auxílio ao adolescente;
- 4 - examinar os recursos da escola quanto à disponibilidade de profissionais capacitados para orientar o adolescente e trabalhar as possibilidades de atividades alternativas ao uso de drogas que respondam aos seus interesses.

## DINÂMICA: FANTOCHES (BONECOS)

---

**Objetivo:**

Promover para o adolescente uma melhor compreensão das posturas adotadas no cotidiano.

**O que você ira precisar:**

Sala ampla, aparelho de som, fita cassete. Música: "Windy" (Paul Murriat), de preferência, ou qualquer outra música instrumental.

Tempo: 20 minutos.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - Os participantes estarão na sala, sentados. O facilitador perguntará a eles se conhecem bonecos de pau e de pano. Ouvir as colocações e o facilitador, comenta:
  - ♦ Boneco de pau, tipo Pinóquio; boneco de pano, tipo bruxa, ok! E boneco sensível; conhecem?
- 2 - O facilitador solicitará que os participantes se deslocarem pela sala. A cada código de jogo os participantes imitam o boneco solicitado.
- 3 - Com música de fundo, os participantes iniciam o jogo, como se fossem bonecos: de Pau, de Pano e Sensível. Termina a música, termina o jogo. O facilitador perguntará como se sentiram e todos ouvem as colocações.

**Pontos para discussão:**

- a) Qual boneco foi mais fácil representar?
- b) Qual boneco foi mais difícil representar?
- c) Qual deles você mais usa?
- d) Qual deles você usa diariamente?

**Resultado esperado:**

Ter promovido uma reflexão sobre as posturas adotadas no cotidiano.

---

# SOLIDARIEDADE

---

Adolescente

A família, o grupo e a sociedade têm um papel importante no resgate do adolescente usuário de drogas

O nosso cotidiano, muitas vezes, é como passar por uma trilha onde podemos sofrer pressões e exclusões, e no qual também podemos refletir sobre pedidos de ajuda, preconceito, respeito com o outro e solidariedade.

O respeito aos ritos de passagens da vida fazem parte do crescimento do jovem, e para cada passagem há um "pedido de socorro" distinto. E estes pedidos não podem mais passar despercebidos. Não importa se o problema está ligado com DST/aids ou drogas, o que importa é ser solidário para fazer a prevenção.

Devemos chegar antes que o problema apareça ou que cresça.

Solidariedade é dar a mão, é ajudar, é informar e ter um bom sentimento para com outro. Se a trajetória é difícil, não devemos negá-la, mas torná-la um pouco melhor com a solidariedade e melhorar a qualidade de vida, num processo honesto e verdadeiro.

## DINÂMICA: A TRILHA

---

### Objetivo:

Auxiliar o aluno a vivenciar a prática da solidariedade e resgatar o compromisso com o outro.

### O que você irá precisar:

Sala ampla, aparelho de som, fita cassete, sapatos dos participantes. Música: "Countdown" (instrumental), de preferência, ou qualquer outra música instrumental.

Tempo: 30 minutos.

### O que você deverá fazer:

- 1 - O facilitador comentará com o grupo se eles conhecem "ditos populares" e colocará para os participantes os seguintes ditados:  
"Tem pedra no meu sapato", "Isto é uma pedra no meu sapato" ou "Tem uma pedra no meu caminho".
- 2 - O facilitador pedirá para os participantes comentarem sobre o ditado.
- 3 - O facilitador solicitará aos participantes que tirem os seus sapatos e que com eles façam uma trilha (um sapato de frente para o outro) no centro da sala.
- 4 - Dividi-se o grupo em dois grupos menores, que se posicionam cada um nas pontas da trilha.
- 5 - Explicar o jogo:
  - ♦ No centro da sala temos uma trilha de um lado, e temos uma montanha, e do outro um precipício (desfiladeiro ou abismo). O facilitador dá o código de jogo:
    - a) Vocês deverão passar na trilha (nos sapatos) sem cair. Isso vale para os dois grupos. Após feitas as combinações, os grupos fazem a sua passagem, um de cada vez.  
O facilitador lembra ao grupo que é fácil essa caminhada e que a VIDA não é bem assim, pois nos encontramos com outros, no sentido contrário, no cotidiano. Sendo assim, o facilitador dá o código.
    - b) Os grupos passarão, ao mesmo tempo, pela trilha. Inicia-se a caminhada com música de fundo. O facilitador estimula o grupo, solicitando a ajuda para o companheiro, possibilidade de dar as mãos, cuidado, com calma, reflexão, sem pressa, etc. Olhe a trilha, olhe o seu companheiro, olhe o outro que cruza por você. Perceba o outro!

### Pontos para discussão:

- a) O que é a trilha?
- b) Houve pedido de ajuda? Você ajudou sem preconceito?
- c) Falar sobre a solidariedade.
- d) Quando se respeita ao outro?
- e) Quais os sentimentos evidenciados pelo grupo?

### Resultados esperados:

Ter tido a oportunidade de vivenciar a prática da solidariedade e o resgate do compromisso com o outro.

---

## FELIZ ADOLESCER

---

Adolescente

Etmologicamente “adolescer” Significa “crescer para...”

No entanto, ao consultar o Novo Dicionário Aurélio da Língua Portuguesa, encontra-se a conceituação de adolescência (entre 12 e 25 anos) como período caracterizado por intensos processos conflituosos, persistentes esforços de auto-afirmação, de absorção de valores sociais e de elaboração de projetos, que impliquem plena integração social.

Psicanaliticamente, a adolescência inicia-se com a rerepresentação de si mesmo em seu mundo interno e a percepção e representação do outro também.

Entre tantos conceitos "complicados" para adolescentes, quando inquiridos sobre esse aspecto, respondem:

**“É a parte da vida que você está resolvendo que adulto você quer ser.”**

(Paula Gil, 16 anos).

**“É poder aproveitar cada minuto de vida, sem muita pressa, pois há tempo pra tudo!”**

(Renata, 15 anos).

**“... vontade de ter um carinho diferente, um amor que não seja só dos pais, realizar fantasias e se preparar para o mundo que será o amanhã.”**

(Renata Cezar, 17 anos).

Há também desabaços e apelos, com certa mágoa, pedindo respeito e especificidade.

**“Adolescer feliz é quando os pais não descontam seus problemas nos filhos, quando tentam entender, que nessa idade, estar com amigos e namorados é mais importante do que ir em casa de parentes.”**

**“Feliz adolescer é poder ser, poder gostar, poder falar. É quando me ouvem sem terem a pré-ideia de que eu vou falar besteira. Não esta com nada esta história de que todo adolescente é igual. Não fiquem cobrando tanto da gente; crítica sim, bronca não! Eu ia ser feliz se pudesse fazer coisas importantes.”**

(Petra de Andrade, 15 anos).

**“Nem sempre sabemos o que queremos.”**

(Fernando Rodrigues, 16 anos).

Tocar nesta temática com adolescentes é fazê-los entrar em si mesmos e saber que reclamos virão à tona. Por isso, há muitas perguntas sem resposta. Há rebeldia contra pressões e cobranças. Há decisões difíceis e emoções contrastantes. Elas não são positivas ou negativas por si só. Depende de como cada pessoa age em relação a elas.

É muito importante identificar os próprios sentimentos e saber expressá-los adequadamente.

O **feliz adolescer** capacita os jovens a conquistar e manter vínculos afetivos, reforçar a auto-estima, tomar decisões responsáveis, procurar ajuda necessária e vivenciar relacionamentos prazerosos.

Crescer é evoluir com dilemas, emoções e decisões. Adolescer feliz é o movimento da vida **sem afobamento, com discernimento, com o futuro ganho.**

## DINÂMICA: ADOLESCER

---

Adolescente

### **Objetivo:**

Possibilitar aos jovens uma reflexão sobre como percebem o processo da adolescência.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla, aparelho de som, papel sulfite, lápis de cor ou cêra e hidrocor.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - O facilitador solicitará o grupo a fazer um desenho representando como eles percebem a fase da adolescência.
- 2 - Após a realização dos desenhos, solicitar os jovens a escreverem algo sobre:  
Adolescência é...
- 3 - Cada adolescente irá falar a respeito de seu desenho relatando como caracterizou a adolescência.

### **Pontos para discussão:**

- a) Vantagens de ser adolescente.
- b) Desvantagens de ser adolescente.
- c) Como o adolescente é visto pela sociedade.

### **Resultados esperados:**

Ter promovido uma reflexão de como o adolescente define esta fase de sua vida.

## DINÂMICA: A FORMA

---

### **Objetivo:**

Estimular cada participante a se auto-avaliar, por meio da expressão dos sentimentos, ao final de um processo de trabalho.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla, cadeiras em círculo, 1 folha de papel sulfite.

Tempo: 30 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

Trabalho individual: (5 minutos)

- 1 - O facilitador pedirá para cada participante pegar uma folha de papel no centro do círculo
- 2 - O facilitador avisará que nada poderá ser escrito nessa folha.
- 3 - Cada participante deverá dar uma forma para a folha de papel que exprima a seguinte pergunta feita pelo facilitador: "Como você está se sentindo neste momento do nosso encontro?"

Trabalho grupal: (25 minutos).

- 1 - O facilitador deverá pedir para cada participante colocar sua folha no chão, no centro da sala, dizendo qual é o **significado da forma** dada à folha de papel.
- 2 - Os participantes comentarão voluntariamente sobre como perceberam a diversidade das formas colocadas pelo grupo.

### **Pontos para discussão:**

- a) Ao iniciar esta dinâmica, houve um momento em que deu "branco"?
- b) A orientação para não se escrever na folha causa algum impacto inicial?
- c) Qual a relação entre a sexualidade e as formas das folhas de papel?
- d) Como associar a diversidade das formas com o trabalho grupal?

### **Resultados esperados:**

Os participantes aprendem a manifestar sentimentos, utilizando-se de formas gestálticas.

A diversidade de posturas pessoais, opiniões, comportamentos etc., está representada nas diferentes formas das folhas de papel.

---

## ANEXO

---

Apresentamos a seguir algumas sugestões de dinâmicas que foram elaboradas e/ou adaptadas pelos consultores Ana Lúcia de Azevedo Dias Pereira, Francisco Rodrigues dos Santos, Lino Vieira Madeira, Suely Maria Souza de Andrade, Ozana Machado Barreto e Vanderley Antônio Alves, que colaboraram para a finalização deste manual.

Consideramos de grande importância o desenvolvimento de dinâmicas de descontração não apenas no início dos cursos/treinamentos, mas também no início de cada módulo, procurando uma maior integração do grupo entre si e com as atividades.



## **DINÂMICAS DE DESCONTRAÇÃO**

---



## DINÂMICA: A REDE

---

Adolescente

### **Objetivo:**

Integrar o grupo de adolescentes entre si e em relação ao treinamento.  
Refletir sobre informação, integração e comunicação.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla, rolo de cordão ou barbante.  
Tempo: 30 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - O facilitador solicitará o grupo a ficarem pé e se disporem círculo.
- 2 - O facilitador deverá pedir que cada participante se apresente, dizendo seu nome e um sentimento.
- 3 - Em seguida, prenderá o cordão em um dedo e jogará o rolo para outro participante.
- 4 - Ao faltar cordão para alguns componentes do grupo, pedir sugestão de inclusão dos mesmos.

### **Pontos para discussão:**

- a) Qual a importância da rede?
- b) O que a forma da rede simboliza para o grupo?

### **Resultados esperados:**

Ter proporcionado a reflexão sobre comunicação, importância da rede e responsabilidade em relação ao outro.

## DINÂMICA: JOGO DO TOQUE

---

**Objetivo:**

Permitir maior interação e contato entre os adolescentes para descontração.

**O que você irá precisar:**

Sala ampla, aparelho de som, fita-cassete.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - O facilitador solicitará que o grupo a ficar no centro da sala, à vontade.
- 2 - Os participantes circularão, dançarão, respondendo ao código do facilitador, como: pé com pé, braço com braço etc.

**Pontos para discussão:**

- a) Sensações captadas pelo contato com o outro.
- b) Pessoas que sentem dificuldade de proximidade com os outros.
- c) Houve sentimentos agradáveis durante o contato com diversos participantes?

**Resultado esperado:**

Proporcionar o contato entre os adolescentes, de forma agradável e sem preconceito.

## DINÂMICA: MENSAGEM NAS COSTAS

---

Adolescente

### **Objetivo:**

Promover a descontração do grupo.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla, aparelho de som, fita cassete, cartões tipo visita com mensagens.

Tempo: 10 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

- 1- O facilitador pedirá que o grupo se coloque em círculo, no centro da sala.
- 2 - O facilitador colocará nas costas de cada participante o papel mensagem.
- 3 - Ao sinal de começar, todos os participantes circularão pela sala lendo as mensagens e executando-as.

### **Pontos para discussão:**

- a) Como entendemos o que é expressado pelos outros?
- b) Que sentimentos surgem quando desconhecemos as mensagens que carregamos?

### **Resultado esperado:**

Os participantes se percebem entre si, iniciando os vínculos no grupo.

## DINÂMICA: A TEMPESTADE

---

**Objetivo:**

Promover a descontração dos participantes do grupo.

**O que você irá precisar:**

Sala ampla, fichas e palavras chaves.

Tempo: 10 minutos.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - O facilitador pedirá a todos os participantes a ficarem sentados em círculo (não deverá sobrar cadeiras vazias).
- 2 - O facilitador explicará o jogo:
  - ♦ vamos fazer uma viagem no mar;
  - ♦ quando no decorrer da viagem ocorrer onda para a direita, pula-se uma cadeira para a direita - quando ocorrer uma onda para a esquerda, pula-se uma cadeira para a esquerda;
  - ♦ ao final da tempestade, todos trocam de lugar. Neste momento, o facilitador toma o lugar de um participante. Este deverá pegar na mão do facilitador a ficha e falar sobre ela;
  - ♦ em seguida, toma o seu lugar e continua o jogo.

## DINÂMICA: BALÃO NO PÉ

---

**Objetivo:**

Promover a descontração do grupo.

**O que você irá precisar:**

Sala ampla, 1 balão para cada participante, pedaços de cordão. Aparelho de som e música alegre.

Tempo: 10 minutos.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - O facilitador solicitará o grupo a ficar no centro do sala, em pé.
- 2 - Distribuir um balão e um pedaço de cordão para cada participante.
- 3 - Cada participante inflará o balão, amarrará e prende no tornozelo direito.
- 4 - Iniciar uma música para todos dançarem.
- 5 - Ao código do facilitador ou a uma pausa da música, podem estourar os balões dos outros.
- 6 - O jogo terminará ao final da música.

**Pontos para discussão:**

- a) Quantos balões sobraram?
- b) Como cada um se defendeu para proteger o seu balão?

**Resultado esperado:**

Ter proporcionado o aquecimento e descontração para a próximas atividades.

## DINÂMICA: DANÇANDO COM BALÕES

---

**Objetivo:**

Permitir que os jovens participantes tenham momento de descontração.

**O que você irá precisar:**

Sala ampla, balões, aparelho de som, música moderna.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - Distribuir um balão para cada dupla. Estes devem ser inflados.
- 2 - O facilitador solicitará que os participantes prestem atenção nos códigos:
  - ♦ balão entre as costas da dupla;
  - ♦ troca de dupla;
  - ♦ balão entre a dupla (na frente);
  - ♦ troca de dupla, sem colocar a mão no balão e sem deixar cair (troca de dupla sem perder o balão).

## DINÂMICA: MUDANÇA DE CÓDIGO

---

Adolescente

### **Objetivo:**

Descontrair, iniciar o trabalho livre de tensões e estimular a atenção.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla, música alegre de fundo (forró).

### **O que você deverá fazer:**

1 - O facilitador solicitará que o grupo preste muita atenção aos códigos dados:

- ♦ andar em fila pela sala;
- ♦ para frente, para trás;
- ♦ formar um círculo em movimento;
- ♦ formar um círculo de garotas em movimento;
- ♦ formar fila por altura;
- ♦ fila com um garoto e uma garota alternadamente etc.

## DINÂMICA: JOGO DO JORNAL

---

**Objetivo:**

Descontrair/refletir sobre a divisão de espaços.

**O que você irá precisar:**

Sala ampla, jornais, música alegre/agitada.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - O facilitador distribui para cada dupla de adolescentes uma folha de jornal.
- 2 - Explica o código do jogo:
  - ♦ cada dupla se coloca sobre a folha de jornal;
  - ♦ ao ritmo da música, dançam sem sair da folha de jornal, ao sinal do facilitador, devem trocar de jornal, sem perder o parceiro e continuar dançando.
- 3 - O facilitador dificultará a dinâmica, dobrando os jornais.

## **DINÂMICAS SOBRE AUTO-ESTIMA**

---



## DINÂMICA: ORIGEM DO NOME

---

Adolescente

### **Objetivo:**

Dar oportunidade aos jovens para a reconstrução da sua identidade e da auto-estima.

### **O que você irá precisar:**

Sala ampla, cadeiras em círculo.

Tempo: 20 minutos.

### **O que você deverá fazer:**

- 1 - O facilitador solicitará a cada participante a informar o seu nome, se o mesmo lhe agrada e de quem foi a escolha (pai, mãe, amigo da família etc).
- 2 - Ele ainda terá a liberdade de optar pelo nome que mais lhe agradar. A origem do nome deverá ser esclarecida.

### **Pontos para discussão:**

- a) Por que o nome identifica uma determinação da pessoa e atrás disso há sempre uma origem?
- b) Por que, antes de nascermos, já existem expectativas de...

### **Resultados esperados:**

Reflexões sobre a origem do nome, a história que cada indivíduo carrega consigo.

Despertar a sensibilidade, a afetividade e a auto-estima dos participantes.

## DINÂMICA: AS MÁSCARAS

---

**Objetivo:**

Refletir sobre aids e auto-estima.

Estimular o pensamento sobre "como estou", "qual a cara que eu passo".

**O que você irá precisar:**

Sala ampla, aparelho de som, músicas, máscaras em gesso ou papel machê, cosméticos, purpurina, etc.

Tempo: 80 minutos.

**O que você deverá fazer:**

- 1 - Os participantes entrarão na sala e receberão um balão e um coração. No coração está escrito de um lado um sentimento (diferente para cada coração) e do outro a frase: "Prevenção é vida".
- 2 - O facilitador irá sugerir aos participantes que marquem no seus rostos algo que represente a aids.
- 3 - No momento seguinte, o facilitador trabalhará com a expressão corporal e o sentimento expressado no rosto com a pintura.
- 4 - O facilitador irá sugerir transformar e olhar melhor o mundo.
- 5 - O facilitador entregará uma máscara de gesso para cada um, juntamente com os cosméticos, deixando que criem e evoluam com as máscaras.
- 6 - Dançar com as máscaras, contracenar, olhar-se, trocar de máscara.
- 7 - A cada intervalo da dinâmica, o facilitador chamará um grupo de balões, observando a seguinte ordem: vermelho, azul, amarelo, verde.
- 8 - Os participantes deverão encher os balões, falar sobre o sentimento que estarão recebendo, amarrar todos e decorar a sala. Os balões brancos são os últimos a serem chamados e seguem o mesmo procedimento.
- 9 - O facilitador ouvirá os participantes.
- 10 - Todos os balões serão reunidos no centro da sala, sugerir a cada um do grupo a pegar novamente um balão. Ler atentamente o que está escrito no coração e refletir sobre este sentimento.
- 11 - Toca-se a música final e distribuir uma mensagem sobre o treinamento.

## **DINÂMICA SOBRE MÉTODOS CONTRACEPTIVOS**

---



## DINÂMICA: AS CORES DA PREVENÇÃO

---

Adolescente

### Objetivos:

Identificar todos os métodos contraceptivos.

Identificar conforme sua indicação de uso na adolescência e quanto à sua eficácia.

### O que você irá precisar:

Papel pardo, pincéis atômicos de várias cores, fita adesiva, etiquetas circulares coloridas (verde, amarela, vermelha).

Tempo: 30 minutos.

### O que você deverá fazer:

- 1 - O facilitador colará uma folha de papel pardo na parede.
- 2 - Solicitará os participantes a listarem individualmente os métodos contraceptivos conhecidos.
- 3 - Anotar na coluna dos métodos contraceptivos e localizar, conforme as seguintes categorias:
  - ♦ métodos de barreira;
  - ♦ métodos comportamentais;
  - ♦ métodos hormonais;
  - ♦ dispositivos intra-uterinos;
  - ♦ métodos cirúrgicos.
- 4 - O facilitador provocará discussão no grupo, para que os participantes identifiquem cada método dentro das várias categorias.
- 5 - O facilitador apresentará o **kit** de anticoncepção com todos os métodos.
- 6 - Colocará os adesivos autocolantes das 3 cores sobre a mesa.
- 7 - Solicitará os participantes pegarem os adesivos e colarem em cada método, considerando que:
  - ♦ o verde - livre uso para o(a) adolescente;
  - ♦ o vermelho - não recomendável;
  - ♦ o amarelo - algumas restrições (atuação, considerando que o método a ser utilizado deve ser monitorado por um profissional do Serviço de Saúde).



---

## BIBLIOGRAFIA

---

### METODOLOGIA

01. ANDREOLA, B. A. Dinâmica de grupo : jogo da vida e didática do futuro. 9. ed. Petrópolis: Vozes, 1993.
02. AUBRY, J.M. Saint-Arnaud. Dinâmica de grupo: iniciação a seu espírito e algumas de suas técnicas. São Paulo: Loyola, 1978.
03. FRITZEN, S.J. Exercícios práticos de dinâmica de grupo . 20 . ed. Petrópolis : 1994. v. I e II.
04. MIRANDA, N. 200 jogos infantis . Belo Horizonte : Itatiaia , 1993.
05. VARGAS, L. Técnicas participativas para la educacion popular . Costa Rica: Centros de Estudios y Publicaciones Alforja , 1984.
06. SÃO PAULO Secretaria de Estado da Saúde ; Nucleo de Educação em Saúde e Eventos. Educação em Saúde e a Mobilização Comunitária : manual de técnicas. São Paulo : CADAIS, 1991.
07. SERRÃO, M., BALEEIRO, M.C. Orientação Educacional : também uma questão de corpo. Salvador : Centro Editorial e Didático - UFBA , 1994.

### SEXUALIDADE E ADOLESCÊNCIA EM TEMPOS DE AIDS

01. BARROSO , C. Bruschini, Sexo e juventude : como discutir a sexualidade em casa e na escola . 4. ed . São Paulo: Cortez , 1991.
02. BERNARDI , N. A deseducação sexual . São Paulo : SUMMUS , 1989.
03. CARRERA, M. Sexo : os fatos, os atos e os prazeres do amor. Rio de Janeiro : Record. 1981.
04. CAVALCANTI, R. , VITIELLO , N. Sexologia I. São Paulo: Febrasgo , 1984.
05. CHAUI. M. Repressão Sexual . São Paulo : Brasiliense , 1987.
06. CONSTANTINI, L. , MARTINSON, F. Sexualidade Infantil , São Paulo : Roca , 1989.
07. FUCS, G. Por que o sexo é bom? Rio de Janeiro : Rosa dos Tempos , 1995.
08. HENRIQUES , M . H . et al. Adolescentes de hoje, pais do amanhã . Salvador : Fundação Emilio Odebrecht , 1989.
09. JOHNSON, W. , VITIELLO , N. O relacionamento amoroso . Rio de Janeiro , 1988.
10. LIMA, H. Educação sexual para adolescentes . São Paulo : Iglu , 1989.
11. MADARAS, L . , MADARAS , A. Álbum das Garotas : um guia de crescimento para adolescentes. São Paulo : Marco Zero , 1993.
12. MCCARY, J .L. Mitos e Crenças Sexuais . São Paulo : Manole, 1978.
13. MASTERS , W. , JOHNSON, W. , KOLODNY, R .C. Heterosexuality . New York : Haper Collins, 1994.
14. PARKER, R. Corpos, prazeres e paixões São Paulo: Best Seller , 1991.

- 15 RUBIN, I. , KIRKENDALL. L. Sexo e adolescência . São Paulo : Cultrix , 1980.
16. SCOTT, M. Family living and sex education . New York: Globe Book , 1988.
17. SEMANS, A . Winks , C. The good vibration guide to sex. San Francisco: Cleis Press, 1994.
18. SOCIEDADE CIVIL DO BEM ESTAR SOCIAL - BEMFAM . Adolescência - Época de Planejar a Vida. Quatro Mãos. Rio de Janeiro, 1992.
19. SUPLICY, M. Conversando sobre sexo. 4 . ed . Petrópolis: Vozes, 1983.
20. Guia de orientação sexual. São Paulo : GTPOS , 1994.
21. SUPLICY, M . Et al. Sexo se aprende na escola. São Paulo : Olho D'Água, 1995.
22. SUPLICY, M. Sexo para adolescentes. São Paulo: Marco Zero, 1993.
23. TUCKER, P. , MONEY. J. Os Papeis Sexuais. São Paulo : Brasiliense , 1981.
24. VITIELLO, N. Sexologia II. São Paulo : Roca , 1986.

## **PREVENÇÃO AS DST/AIDS**

01. AGLETON, P. AIDS : working with young people. West Sussex: Avert, 1990.
02. BERVELY, M: et all. A peer counselling manual: A guide for the trainig of peer consellers. Jamaica : Departament of Social and Preventive Medicene University of the West Indies , 1982.
03. BUSTOS, L.; Oróstequi , I . Prevention Del contagio por el virus del SIDA: guia de actividades para la education grupal com adolescentes. Santiago de Chile : Ministério de Salud , 1992.
04. UNESCO. Education for the prevention of AIDS. 1991.
05. GRUPO DE APOIO E PREVENÇÃO A AIDS - Bahia . Manual para pais e ducadores: prevenção da AIDS nas escolas. Brasília : Ministério da Saúde, 1992.
06. MINISTÈRE DES AFFAIRES SOCIALES, DELA SANTÉ ET DELA VILLE. Programme for the fight against AIDS - 3 years prevention plan: 1993-1995. Paris, 1993
07. PROGRAMA NACIONAL DE DST/AIDS . Ações na Prevenção da Transmissão Sexual do HIV e Outras DST. Brasília : Ministério da Saúde , 1995.
08. PROGRAMA NACIONAL DE DST/AIDS. AIDS, Drogas, DST - Prevenir e Sempre Melhor. Brasília : Ministério da Saúde , 1996.
09. PROGRAMA NACIONAL DE DST/AIDS. Educação em saúde escolar para prevenir AIDS e DST : guia do professor . Brasília : Ministério de Saúde, 1995.
10. PROGRAMA NACIONAL DE DST/AIDS. Educação em saúde escolar para prevenir AIDS e DST : manual para planejadores de currículo. Brasília : Ministério de Saúde 1995.
11. PAIVA, V. Em tempos de AIDS. São Paulo, Summus , 1992.
12. POST, J , MCPHERSON , C. Into adolescence: Learning about HIV. Santa Cruz : ETR Associates ,1994.
13. AIDS TECH . Family Health International . STD/AIDS Peer Education Trainig Manual. Tanzania, 1992.
14. THE CANADIAN RED CROSS SOCIETY. Youth and AIDS: Workshop guide . 1991.
15. AIDS prevention Through health promotion . Geneve : WHO , 1989.

## **PREVENÇÃO AO USO INDEVIDO DE DROGAS**

01. ABERASTURY - Adolescência Normal . Trad. Suzana Ballve. Porto Alegre, Artes Médicas, 1981.
02. CARLINI, E. , MASUR, J. Drogas : Subsídios para discussão. São Paulo, Brasiliense , 1989.
03. CARLINI, E. , COTRIM, B. Drogas 3: "estão atacando os alvos errados". Nova Escola. São Paulo : Fundação Vitor Civita , Ano 6 , n . , 49 , 1991.
04. HELLER, A. Teoria dos sentimentos. México : Trilhas , 1991.
05. HUIZINGA . Homo ludens. São Paulo : Perspectiva , 1990.
06. KALINA, E. , KOVADLOFF, S. Drogadição. Rio de Janeiro : Francisco Alves , 1976.
07. KALINA, E. Drogas : terapia familiar e outros temas . Rio de Janeiro : Francisco Alves , 1976.
08. MANSSUN. Prevention del use indebido de drogas. México : Trillas, 1991.
09. PROGRAMA NACIONAL DE DST/AIDS . Prevenindo contra as drogas e DST/AIDS - cartilha do educador . Brasília : Ministério da Saúde , 1995.
10. PROGRAMA NACIONAL DE DST/AIDS . Drogas , AIDS e Sociedade . Brasília : Ministério da Saúde , 1995.
11. OLIVENSTEIN, C. A droga . São Paulo : Brasiliense , 1984.
12. PRUTZ, I . J. Previda : Programa de Prevenção, Educação e Vida. Brasília : PREVIDA , 1991.
13. STEINGLASS . La familia alcoholica . Barcelona : 1989.
14. TIBA . Respostas sobre drogas. São Paulo : Scipione, 1994.
15. VIZZOLTO, S. M. A droga, a escola e a prevenção . Petrópolis : Vozes , 1987.



---

# FICHA TÉCNICA

---

Adolescente

## **Coordenador Nacional de DST e Aids**

Pedro Chequer

## **Coordenação do Projeto:**

Unidade de Prevenção - CN-DST/AIDS / SPES - MS

## **Equipe Técnica da Unidade de Prevenção da CN-DST/AIDS:**

Cristina Pimenta

Cledy Eliana dos Santos

Inocência Parizi Negrão

## **Consultores:**

Maria Teresinha Lello de Castro

Bióloga, Pedagoga, Psicodramatista, Especialista em Sexualidade Humana.

Consultora da Secretaria de Estado da Educação/SP e da Family Health International/AIDSCAP.

Miriam Trahtman

Médica Geral Comunitária - Serviço de Saúde Comunitária do Grupo Hospitalar Conceição - Porto Alegre - RS.

Especialista em Saúde Mental Coletiva.

Vera Lucia Miranda Rosa

Bióloga, Especialista em Saúde Mental, Coordenadora do Serviço de Prevenção do Departamento de Assistência ao Educando da Secretaria de Educação do Rio Grande do Sul.

## **Colaboradores:**

Carmem Luiza Correa Fernandes

Médica Geral Comunitária - Serviço de Saúde Comunitária do Grupo Hospitalar Conceição - Porto Alegre - RS.

Terapeuta de Família.

- Cezar Augusto Lazzari  
Médico Geral Comunitário - Serviço de Saúde Comunitária do Grupo Hospitalar Conceição -Porto Alegre - RS.
- Lúcia Maria Hartmann  
Enfermeira - Serviço de Saúde Comunitária do Grupo Hospitalar Conceição - Porto Alegre - RS.
- Magda Costa  
Médica Geral Comunitária - Serviço de Saúde Comunitária do Grupo Hospitalar Conceição - Porto Alegre - RS.  
Mestre em Saúde Pública - Universidade de Londres  
Doutoranda em Clínica Médica, UFRGS.
- Mara Marlet Salgueiro Marcon  
Terapeuta Ocupacional - Serviço de Saúde Comunitária do Grupo Hospitalar Conceição - Porto Alegre - RS.
- Sérgio José Alves Almeida  
Médico Psiquiatra Esp. em Sexualidade Humana da Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto - SP.
- Ana Lúcia Dias de Azevedo Pereira  
Prof. de Educação Física do Complexo Escolar Municipal Avenida dos Desfiles - Centro de Artes - Secretaria Municipal de Educação - Prefeitura Municipal do Rio de Janeiro.
- Lino Vieira Madeira  
Psicólogo clínico/educacional - Secretaria Municipal de Ação Social - Prefeitura Municipal de São José dos Campos - SP.
- Francisco Rodrigues dos Santos  
Bacharel em Filosofia. Responsável pela Área de Projetos. Colaborador do Projeto Amizaid's para Adolescentes (GAPA - Pará).
- Ozana Machado Barreto  
Enfermeira - Coordenadora do Programa de Saúde do Adolescente da Secretaria da Saúde do Estado da Bahia.
- Suely Maria Souza de Andrade  
Psicóloga Clínica. Terapeuta Sexual - FNUAP - GDF.

Vanderley Antônio Alves

Psicólogo/sexólogo - Diretor da Casa do Pequeno  
Jornaleiro - Prefeitura da Cidade de Curitiba - PR.

Maria Tamara Porto de Ávila

Pedagoga - Especialista em Saúde Mental Coletiva  
Reviver - Revivendo a Esperança - Porto Alegre - RS.

**Revisão Metodológica:**

Kátia Queiroz

Psicóloga especialista em sexualidade do adolescente  
e metodologia de ensino.

Fundação Odebrecht - Salvador - BA.



---

# AGRADECIMENTOS

---

Nossos agradecimentos a todas as pessoas e instituições que testaram e validaram a metodologia aqui apresentada e a todos os 3.600 adolescentes que foram treinados como Agentes Comunitários de Prevenção de DST/AIDS e Drogas que vêm trabalhando estas dinâmicas com outros adolescentes.

## Treinamento 1 - Aracaju

Ana Claudia de Jesus Cerqueira (Sec. Mun.de Saúde de Maceió); Ana Lúcia Rodrigues Passos (Pref. Mun. de Aracaju); Ana Paula Amaral Pedrosa Bouçanova (IMIP); Carmem Lúcia de Araújo Paiva (BEMFAM Alagoas); Carmem Lúcia Marques Pinto (Centro Comunitário Élia Porto Lages - Meceió); Clarival Cesar da Silva (Assoc. Voluntários “Hildebreando Goes Barreto”- Aracaju); Iana Charis de Santana Reis (Pref. Mun. Maragogi - AL); Joselita Santos Carvalho (Fund. Renascer do Estado de Sergipe); Josenira Moraes de Freitas (Legião Assistencial do Recife); Leila Claudia Gomes da Silva (Sec. Mun. Saúde de Mar Vermelho - AL); Leila Oliveira de Araújo (Sec. Recreativa Beneficiante do Calabar - Salvador); Lizia Nascimento Costa (Sec. Est. Saúde de Sergipe); Madeleine Maria Ramos Araújo Sobral (Sec. Est. Saúde); Marcia Maria Borges Gomes (Sec. de Educação da Bahia); Margarida Maria de Siqueira França (Pref. Mun. Salvador); Maria Cirene Dória (Assoc. de Voluntários Hildebrando Góes Barreto - Aracaju); Maria das Vitória Plmeira Lima de Menezes (Sec. Educação e Cultura - Pernambuco); Maria de Fátima de Oliveira Vasconcelos (Legião Assistencial do Recife); Maria de Fátima Marinho de Souza (Pref. da Cidade do Recife); Maria Helena Oliveira Macedo (Sec.Est. de Saúde da Bahia); Maria Ivete Cordeiro Pessoa (Pref. de Salvador); Maria José de Brito Santana (Pref. Mun. Aracaju); Maria Josett Oliveira Santos (Serviço de DST/AIDS de Sergipe); Maria Otávia Gonçalves de Miranda (Centro de Saúde Integral do Adolescente - Aracaju); Nilza de Jesus Santos (Escola Aberta do Calabar - Salvador); Rosa Maria Pereira Gaspar (Sec. Educação da Bahia); Tânia Moisa da Silva Marinho (Amb.do Adolescente do IMIP); Valdemir Vieira do Santos (Universidade Federal de Alagoas); Valdira Silva da Paz Pereira (Sec. Saúde da Bahia); Vicentina Maria Barbosa Maciel (Pref. Cidade do Recife).

## Treinamento 2 - Belém

Adélia Nascimento Conceição (Pref. Mun. Rio Branco - AC); Altair Furtado Corrêa (Sec. Saúde do Estado do Amapá); Ana Ferreira Miranda (Sec. Educação do Estado do Pará); Ana Keila Hallal Dandah (Sec. Educação do Estado de Tocantins); Ana Maria Machado Müller (Pref. Mun. de Gurupi - TO); Aurecília Alves Paiva (Sec.Mun. Educação de Rio Branco - AC); Aurelio Fernandes de Lima (Sec. Saúde do Estado do Acre); Cacilda de Jesus Fonseca de Azevedo (SESI - Roraima); Carmelita Silva dos Santos (Coord. Mun. DST/AIDS de Porto Velho - RO); Conceição Maria Gomes Repila de Miranda (Pref. Mun. de Belém - PA); Débora Gomes de Figueiredo (Sec. Saúde do Estado de Roraima); Dinair de Jesus Negrão Bittencourt (Sec. de Educação do Estado do Pará) Edineide Barboza de Souza (Sec. Educação do Estado de Rondônia); Elcenira Farias do Nascimento (Sec. Saúde do Estado do Acre); Elizete Sales Hernades (Pref. Mun. de Palmas - TO); Eurides das Graças Santos (Sec. Trabalho e Ação Social do Estado de Roraima); Francisca Souza da Silva (Pref. Mun. de Rio Branco - AC); Francisco Rodrigues dos Santos (GAPA - Pará); Glória Maria Belém Moraes (Prog. Est. DST/

AIDS do Pará); Irany Borges dos Santos (Sec. Est. Educação do Estado do Tocantins); Karla Andréia Vieira Fernandes (Sec. Saúde do Estado do Acre); Kátia Conceição da Costa (Prog. Est. DST/AIDS do Amapá); Liá Lima Barbosa (Sec. Educação do Estado do Acre); Marília Aparecida Alves de Senna (Prog. Est. DST/AIDS do Tocantins); Marlúcia Barcelos Costa (Sec. Educação do Estado do Tocantins); Narizeuda Alves Catarino (Fund. da Criança e do Adolescente do Pará); Rejane Corrêa Marques (Sec. Educação do Estado de Rondônia); Rosana da Cunha Simões (Pref. Municipal de Belém - PA); Rozânia Pereira de Almeida (Pref. Mun. Araguaína - TO); Vera Maria Britto da Silveira (Mov. República de Emaús - Belém - PA).

### **Treinamento 3 - Porto Alegre**

Alda Aguiar dos Santos Pereira de Freitas (Sec. Mun. Saúde de Curitiba - PR); Antônio Luiz de Miranda dos Reis (Arnaldo Borges Filho (Prog. Mun. de DST/AIDS de Cuiabá-MT); Beatriz M. Ligmanouski Ferreira (Sec. Educação do Estado do Paraná); Cecília de Belém Santos (Sec. Saúde do Estado do Paraná); Constantina Xavier Filha (Sec. Mun. Saúde de Campo Grande - MS); Cristina Takae Yamaguti Ogura (Prog. Mun. de DST/AIDS de Foz do Iguaçu - PR); Elaine Pauly Fernandes (Sec. de Saúde do Estado de Santa Catarina); Eliane Boechat Pereira de Jesus (Sec. Saúde do Estado de Santa Catarina); Eneida Cristina Gonçalves Ribeiro (Pref. Mun. Campo Grande - MS); Geralda Maria Bauer Pereira Rigotti (Prog. Est. DST/AIDS do Rio Grande do Sul); Giovana Delvan Stühler Avi (Universidade do Vale do Itajaí - SC); Inajara Vezzani Lanziotti (Sec. Educação do Estado do Rio Grande do Sul - Regional Camaquã); Irene Menezes de Souza (Sec. Educação do Rio Grande do Sul); Jenny Milner Druck (Pref. Mun. de Porto Alegre - RS); Jussara Maria Medeiros (Sec. Educação do Estado do Rio Grande do Sul - Regional Canoas); Leslie Kobarg Cercal Patrianova (Pref. Mun. de Itajaí - SC); Lúcia Ângela de Castro Costa (Fund. de Promoção Social do Mato Grosso do Sul); Luís Augusto Prates da Costa (Casa de Recuperação Pró-Vida de Itajaí - SC); Maria da Graça Garcia Marcon (Pref. Mun. de Lageado do Bugre -RS); Maria Luiza Dreher (Pref. Mun. de Porto Alegre - RS); Maria Tamara Porto de Avila (Grupo Reviver de Porto Alegre - RS); Maria Regina da Costa Sperandio (Pref. Mun. de Londrina - PR); Mariuva Valentin Chaves (Pref. Mun. de Rondópolis - MT) Marleide Aparecida Fernandes (Sec. Saúde do Estado do Mato Grosso do Sul); Martha Rocha Machado (Sec. de Saúde do Estado de Santa Catarina); Miguel Angel Claros Paz (Sec. da Saúde do Estado do Mato Grosso); Naide Baseggio Corrêa (Sec. Educação do Estado do Rio Grande do Sul); Neize Luiza Pinheiro (Sec. Saúde do Estado do Mato Grosso); Norma Sueli Mendonça de Oliveira (Sec. Saúde do Estado do Mato Grosso do Sul); Silvia Leal de Castro (Sec. Educação do Estado do Rio Grande do Sul - Regional Uruguaiana); Suzana Sanguer Silva (Pref. Mun. de Porto Alegre - RS); Vanderley Antônio Alves (Pref. Mun. de Curitiba - PR); Vera Marlene Vicente (Sec. Saúde do Estado de Santa Catarina); Wilma Willians de Figueiredo Forte (Sec. Saúde do Estado do Mato Grosso).

### **Treinamento 4 - Fortaleza**

Amélia Rodrigues da Silva (Prog. Est. DST/AIDS do Ceará); Andréa Lopes de Vasconcelos (GAPA - Ceará); José Helder Diniz Júnior (Prog. Mun. DST/AIDS de Fortaleza - CE); João Saldanha Nunes Filho (Prog. Mun. DST/AIDS de Fortaleza - CE); Juliana Lima de Almeida Menezes (BEMFAM - Ceará); Lúcia Maria Caminha Colares (Centro de Saúde Escola Meirelles (SUS - Ceará); Marcia Lessa Fernandes (Sec. de Saúde do Estado do Ceará); Maria Nilzete Zeidan Braga (FEBEM - Ceará); Maria Rocineide Ferreira da Silva (GAPA - Ceará); Mirna Marina Viegas Sena (Sec. Saúde do Estado do Ceará); Neide Augusta Marques Rocha (Prog. Mun. DST/AIDS de Fortaleza-

CE); Raquel Maria Uchôa Guimarães (Sec. Saúde do Estado do Ceará); Eeleonora Soares Godinho (Mov. Nac. Meninos e Meninas de Rua de Teresina - PI); Girlene Alves da Silva (Prog. Est. DST/AIDS do Piauí); Jovina da Silva (Sec. Educação do Estado do Piauí); Maria Ceci Rodrigues de Melo Facó (Prog. Est. de DST/AIDS do Piauí); Maria do Rosário de Fátima Borges Sampaio (Universidade Federal do Piauí); Marisa Barros dos Santos Alves (Projeto Pé de Moleque - Teresina - PI); Rosa Laura Reis Melo (Sec. Saúde do Estado do Piauí); Vanilde Lúcia da Silva Melo (Sec. Educação do Estado do Piauí); Clara Lúcia Ramalho de Carvalho (Sec. Educação do Estado da Paraíba); Dorotila Mendes da Silva (Sec. Saúde do Estado da Paraíba); Edileuza dos Santos Paulino (CAMPES - Paraíba); Gláucia Maria de Lima (Sec. Saúde do Estado da Paraíba); Gilka Maria Arnaud Arruda (VEMFAM - Paraíba); Lúcia de Fátima Dantas de Abrantes (Prog. Mun. de DST/AIDS de João Pessoa - PB); Paulo Roberto de Araújo Silva (Sec. Educação do Estado da Paraíba); Natália Maria Seixas de Queiroga (Prog. Mun. de DST/AIDS de João Pessoa - PB); Laurinda Maria de Carvalho Pinto (Pref. Mun. de São Luis - MA); Maria Alves Feitosa (Pref. Mun. de São Luis - MA); Maria da Graça Gonçalves da Costa (Pref. Mun. de São Luis - MA); Raimunda Soares (Sec. de Saúde do Estado do Maranhão); Célia Maria Ane de Freitas (Pref. Mun. de Natal - RN); Ozana Machado Barreto (Sec. de Saúde do Estado da Bahia).

### **Treinamento 5 - Belo Horizonte**

Cristiane Patricia de Oliveira (GAPA - Distrito Federal); Ana Maria Barbosa de Carvalho e Silva (Grupo Arco Íris - Brasília - DF); Iliana da Silva Fonseca (Fund. Educacional do Distrito Federal); Luciane Andréia M. Cista Reis (Fund. Hospitalar do Distrito Federal); Maria Ivanilde Ferreira Alves (Sec. de Saúde do Distrito Federal); Suely Maria de Souza de Andrade (); Valdí Craveiro Bezerra (Fund. Hospitalar do Distrito Federal); Célia Maria Pauletti (Ins. Est. Saúde Pública do Espírito Santo); Claudia Maria Baptista de Campos Silva (Ministério da Educação e Cultura - Coord. do estado do Espírito Santo); Ermelinda Maria Moura de Oliveira (Pref. Mun. de Cachoeiro do Itapemirim-ES); Simônia Rodrigues de Oliveira (Sec. de Educação do Estado do Espírito Santo); Taciana Cristina Freitas de Lima (Grupo pela Vidda - ES); Maria da Penha Tose Federici (Universidade Federal do Espírito Santo); Iliana da Silva Fonseca (Fund. Educacional do Distrito Federal); Maria Cláudia Honorato S. Souza (Sec. de Saúde do Estado de Goiás); Sônia Maria Rangel Alves (Sec. de Saúde do Estado de Goiás); Lélia Inês Teixeira (Grupo "E a Vida Continua"- Uberaba - MG); Maria do Rosário Torres Guerra (Pref. Mun. de Itabira - MG); Maria Beatriz Dias (Sec. de Saúde do Estado de Minas Gerais); Ana Lúcia de Azevedo Dias Pereira (Sec. Mun. Educação do Rio de Janeiro-RJ); Leila Machado Kessler (Pref. Mun. de Angra dos Reis - RJ); Eliana do Nascimento Guimarães (Pref. Mun. de Angra dos Reis - RJ); Lucia Helena Ferreira Blanc (Sec. Mun. de Saúde de Duque de Caxias - RJ); Maria de Fátima de Azevedo Costa (Sec. Mun. de Saúde do Rio de Janeiro - RJ); Nélia Alvim Torres (Pref. Mun. de Itaperuna - RJ); Silvana Mendes Pereira Fernandes (Pref. Mun. de Resende - RJ); Olga Pereira Sá (Sec. Mun. Educação do Rio de Janeiro - RJ); Wanda do Espírito Santo Guerrero (Hosp. Geral de Jacarepaguá - RJ); Eugênia Célia Raizer (Universidade Federal do Espírito Santo); Vera Lúcia Pereira da Silva (Prog. Est. de DST/AIDS da Paraíba).

### **Treinamento 6 - São José do Rio Preto**

Ana Aparecida Chong (Pref. Mun. de Santo André); Ana Cristina Costa Santos (Pref. Mun. de São José dos Campos - SP); Betina Matarazzo (SOS Criança); Cecília Aires de Carvalho (Grupo de Apoio ao Aidéico de Pirassununga); Elione Guedes da Silva

Raniero (UBS Marcos Guttenberg - São Paulo - SP); Epaminondas Cordeiro de Mendonça Neto (Pref. Mun. de Itapeperica da Serra - SP); Ivone Dalbon Escanfella (Sec. de Saúde - ERSa 57 - S.J.Rio Preto - SP); Josely Mendonça Pintyá (Sec. de Saúde - ERSa 50 - Ribeirão Preto - SP); Lílian de Abreu Campana (Sec. de Saúde - ERSa 18 - Araçatuba - SP); Lino Vieira Madeira (Pref. Mun. de São José dos Campos - SP); Luciano Elsinor Lopes (Centro Corsini - Campinas - SP); Maria Adelaide Bouços Xavier (Sec. Educação do Estado de São Paulo - Regional Santos); Maria Claudia Cardoso Marçal dos Santos (Pref. Mun. de Santos - SP); Maria Emília Lopes Carvalho (Pref. Mun. de São José dos Campos - SP); Maria Geralda Bernadis (Pref. Mun. de Campinas - SP); Maria Lúcia Pereira (FDE - Fund. para o Desenvolvimento da Educação - SP); Marta Angélica Iossi (Pref. Mun. de Ribeirão Preto - SP); Neide Abreu (Pref. Mun. de Sorocaba-SP); Nivaldo Leal dos Santos (FDE - SP); Norberto Antônio Baptista (Pref. Mun. de Piracicaba - SP); Olga Maria Freitas Nobre (Sec. Mun. de Educação de São Paulo - SP); Osmar Fernandes Júnior (Sec. Mun. de Educação de São Paulo - SP); Raimunda Freitas de Oliveira (Pref. Mun. de São Bernardo do Campo - SP); Rosângela Maria Barrenha Miranda (Pref. Mun. de Bauru - SP); Rossana Flávia Rodrigues Silvério (Sec. Saúde - ERSa 62 - Regional Votuporanga); Sérgio Martinoso (Sec. de Saúde - ERSa 16 - Adamantina); Dulce Alves da Costa Magalhães (Sec. de Educação do Estado do Paraíba).



