

TRATA A SEXUALIDADE POR TU

PLATAFORMA

MANUAL DO RECURSO

PROJECTO
BOM SUCESSO

desenvolvimento de
competências pessoais
e sociais

RE / FAZER ESCOLA
COM O ESCOLHAS
COLHAS



BOMSUCESOOOLHAO.PE@GMAIL.COM



ÍNDICE

- 03 ____ PREFÁCIO
- 05 ____ A ESCOLA E A EDUCAÇÃO SEXUAL
- 07 ____ QUADRO LEGAL E NORMATIVO
- 10 ____ MODELO E QUADRO ÉTICO
- 12 ____ PROCEDIMENTOS NA IMPLEMENTAÇÃO
- 15 ____ NOTAS
- 19 ____ PLANOS DE SESSÃO
- 20 ____ SESSÃO 1
- 30 ____ SESSÃO 2
- 34 ____ SESSÃO 3
- 39 ____ NOTAS
- 43 ____ SESSÃO 4
- 54 ____ SESSÃO 5
- 64 ____ SESSÃO 6



PREFÁCIO

O concelho de Olhão é mencionado como um dos concelhos que tem maior índice de gravidez na adolescência. Foi com base nesse pressuposto que, em momento de candidatura à IV geração do Programa Escolhas, as entidades parceiras do projeto definiram como um dos objetivos específicos do projeto Bom Sucesso, a prevenção da gravidez na adolescência. Nesse sentido, criámos um gabinete de acompanhamento psicossocial que tem desenvolvido atividades específicas para a promoção de uma saúde sexual saudável. Entre elas o atendimento individual, o encaminhamento e acompanhamento a consultas no centro de saúde, a promoção de sessões de teatro-fórum sobre sexualidade, tertúlias sobre o tema, a realização de um estudo sobre os comportamentos e atitudes dos jovens do concelho de Olhão face à sexualidade (inquérito aplicado a mais de 1200 jovens), a dinamização dos intervalos no recinto escolar com o tema da sexualidade e a criação deste recurso que consiste na dinamização de 6 oficinas em sala de aula ou em contexto de projeto de intervenção comunitária. Dada a complexidade da temática, este recurso aborda fundamentalmente as seguintes áreas dentro da sexualidade: conceito, afetos, direitos reprodutores, métodos contraceptivos, gravidez, infeções sexualmente transmissíveis e relações afetivas.

Desde a sua conceção, este recurso foi aplicado aos jovens do projeto Bom Sucesso (na sua sede) e a 8 turmas de 4 escolas do concelho de Olhão de forma a testar as atividades nele contidas. Dada a estreita articulação entre os técnicos do Projeto Bom Sucesso e as escolas, têm sido os professores a contactar-nos sempre que consideram pertinente a realização destas oficinas nas suas turmas. Regra geral, têm sido turmas em que os jovens estão a entrar na puberdade, ou demonstram fraco conhecimento ou comportamentos de risco a nível da sexualidade. Este recurso foi igualmente testado junto de jovens do 9º ano de um colégio particular numa iniciativa promovida pela Direção Regional de Educação. Apesar do seu processo de maturação, é um recurso dinâmico que continua diariamente a ser melhorado e revela ser de extrema importância haver um gabinete de atendimento individual para esclarecimento de dúvidas e distribuição gratuita de contraceção por forma a que os jovens possam continuar a receber apoio no seu desenvolvimento sexual.

Consideramos ainda pertinente referir que, dado não ser um recurso de aplicação obrigatória ou generalizada, nunca houve nenhum impedimento quer por parte das

escolas, quer por parte dos professores ou encarregados de educação. Dado a sua aplicação ter sido em contexto de projeto e nas escolas solicitada pelos professores para dinamização em contexto de sala de aula, nunca houve necessidade de autorização expressa dos encarregados de educação.

Por último, é importante referir que este recurso foi construído pelas técnicas de psicologia e colegas Sara Tavares e Mónica Moreira sob a minha orientação, a quem deixo o meu especial agradecimento, e contou com o apoio da Direção Regional de Educação do Algarve, da Associação para o Planeamento da Família - Algarve e do Centro de Saúde de Olhão.

Ana Cristina Leal

Psicóloga

Coordenadora Projeto Bom Sucesso



A ESCOLA E A EDUCAÇÃO SEXUAL

Texto retirado do manual de orientações técnicas do KIT Educação Sexual - Secundário, produzido pela APF.

Todas as sociedades, como os seus recursos e instrumentos de socialização, procuram, de uma forma formal ou informal, transmitir os seus valores fundamentais e as suas regras de conduta no campo de sexualidade. A escola, enquanto espaço de grande importância na socialização das crianças e dos jovens, tem portanto, um papel a desempenhar neste âmbito.

Como dimensão humana eminentemente relacional e íntima, a sexualidade tem uma vertente emocional e é um elemento essencial na formação da identidade global, do auto-conceito, da auto-estima e, de forma geral, do bem-estar físico e emocional dos indivíduos.

Estudos revelam que programas adequados de Educação Sexual têm, efetivamente, contribuído para reduzir comportamentos de risco e para aumentar comportamentos preventivos (Kirby e Brown, 1996; Maldon e Lukes, 1996; Boyer *et al.*, 1997).

Considera-se importante referir um estudo recente (2008) sobre “Educação Sexual de jovens escolarizados”, realizado pela APF em parceria com o Instituto de Ciências Sociais (ICS), no qual foram inquiridos 2621 jovens, sendo cerca de 60% do 10º ano e 40% do 12º ano de escolaridade.

As conclusões deste estudo apontam para:

- O papel da escola “(...) já com alguma revelância na educação sexual dos jovens (...)”:
- A educação sexual como contributo para a não antecipação do início das relações sexuais e, até mesmo, como um fator de diminuição de alguns aspectos negativos na vivência das relações sexuais, proporcionando uma vivência mais gratificante das mesmas;
- A educação sexual tendencial e positivamente associada a alguns comportamentos preventivos e à capacidade de pedir ajuda, quando necessário.

De modo deliberado ou não, a escola é um lugar de construção de saberes, que suscita vivências ao nível afetivo-sexual, seja pelas iniciativas desenvolvidas – a nível curricular e extracurricular –, seja pelos ethos que orienta o seu quotidiano. A dimensão sexual das crianças e jovens – por ser uma das características intrínsecas da pessoa humana – também aí está presente, seja de forma implícita ou explícita.

É de reforçar, a ideia de que é atribuída à escola a função de suscitar o ensaio de competências essenciais ao pleno desenvolvimento da pessoa, tendo a seu favor, para essa missão, o facto de ser um espaço de grande permanência temporal nas idades em que se realiza uma boa parte das aprendizagens básicas de todos os indivíduos.

Por isso, a escola não se pode furtar à abordagem formal, estruturada, intencional e adequada, de um conjunto de questões relacionadas com a sexualidade humana, a qual é normalmente designada por Educação Sexual na escola.

O incremento da Educação Sexual na escola passa, portanto:

- Pela formação dos agentes educativos (educadores, professores, profissionais de saúde, psicólogos escolares, auxiliares de acção educativa,) no sentido de estes serem capazes de agir de forma adequada e coerente face às dúvidas e manifestações das crianças e jovens relativas à sua sexualidade;
- Pela abordagem pedagógica de temas de sexualidade humana, feita em contextos curriculares (...), privilegiando o espaço turma e as diferentes necessidades das crianças e jovens;
- Pelo apoio às famílias na Educação Sexual das crianças e jovens, nomeadamente através do seu envolvimento no processo de ensino/aprendizagem e/ou da promoção de atividades específicas de formação dirigidas aos encarregados de educação ou dinamizadas por eles;
- Pelo estabelecimento de mecanismos de apoio individualizado e específico às crianças e jovens que dele necessitarem, através da criação e manutenção de parcerias no interior da escola e com outros serviços da comunidade, nomeadamente os serviços da saúde-materializadas, por exemplo, no funcionamento adequado do atendimento de serviços de Psicologia e Orientação nas escolas e no estabelecimento de formas de articulação estreita e dinâmica deste com os Centros de Saúde respectivos.



QUADRO LEGAL E NORMATIVO

Texto retirado do manual de orientações técnicas do KIT Educação Sexual - Secundário, produzido pela APF.

A **Lei nº3/84**, de 24 de Março define no artigo 1º o papel do Estado português nesta matéria:

O Estado garante o direito à Educação Sexual como componente do direito fundamental à educação.

E o artigo 2º, especificando este papel, afirma que:

1. O dever fundamental de proteger a família e o desempenho da incumbência de cooperar com os pais na educação dos filhos cometem ao Estado a garantia da Educação Sexual dos jovens através da escola, das organizações sanitárias e dos meios de comunicação social
2. Os programas escolares incluirão, de acordo com os diferentes níveis de ensino, conhecimentos específicos sobre a anatomia, fisiologia, genética e sexualidade humanas, devendo contribuir para a superação das discriminações em razão do sexo e da divisão tradicional de funções entre homem e mulher.
3. Será dispensada particular atenção à formação inicial e permanente dos docentes, por forma a dotá-los do conhecimento e da compreensão da problemática da Educação Sexual, em particular no que diz respeito aos jovens.
4. Serão ainda criadas também condições adequadas de apoio aos pais no que diz respeito à Educação Sexual dos filhos.

Em 1986 foi aprovada a **Lei de Bases do Sistema Educativo** (LBSE) que, no nº2 do seu artigo 47º, inclui também a Educação Sexual, situando-a numa nova área educativa – a formação Pessoal e Social – sendo esta definida como uma área transversal (e não somente disciplinar, como muitas vezes tem sido entendida) e que “pode ter como componentes a educação ecológica, a educação do consumidor, a educação familiar, a educação sexual, a prevenção de acidentes, a educação para a saúde, a educação para a participação nas instituições, serviços cívicos e outros do mesmo âmbito”.

Em Agosto de 1999, foi publicada a **Lei nº 120/99** (...) que “reforça as garantias do direito à saúde reprodutiva”. Através desta, preconiza-se nos estabelecimentos dos ensinos básico e secundário que seja implementado “um programa para a promoção da saúde e da sexualidade humana, no qual será proporcionada adequada informação sobre sexualidade humana, o aparelho reprodutivo e a fisiologia da reprodução, SIDA e outras doenças sexualmente transmissíveis, os métodos contraceptivos e o planeamento da família, as relações interpessoais, a partilha de responsabilidades e igualdade entre os géneros”.

Logo a seguir à tomada de posse do XVII Governo Constitucional, o Ministério da Educação cria o grupo de trabalho para a Educação Sexual (GTES) - Daniel Sampaio (coordenador), Margarida Gaspar de Matos, Miguel Oliveira da Silva e Maria Isabel Baptista - “(...) incumbido de proceder ao estudo e de propor os parâmetros gerais dos programas de educação sexual em meio escolar, na perspectiva da promoção da saúde escolar” - Despacho nº 1973/05, de 15 de junho.

Em 28 de Novembro de 2005, o Despacho nº 25995/05 aprovou os princípios orientadores no que se refere ao modelo de educação para a promoção da saúde, decorrentes das conclusões contidas no relatório preliminar do GTES e do parecer do Conselho Nacional de Educação sobre a referida matéria.

No início de 2006, mais precisamente a 7 de Fevereiro, é assinado um protocolo entre o Ministério da Educação e o Ministério da Saúde (texto em www.dgs.pt) “tendo em vista o desenvolvimento de atividades de promoção para a saúde em meio escolar (...)”. Para o efeito, prevê um trabalho conjunto no que respeita à definição de modelos de intervenção, à dinamização e monitorização de projetos, à criação de programas de formação de professores e de profissionais de saúde nomeadamente de educação sexual. Refere, ainda, que cada agrupamento/escola e cada estrutura de saúde a nível local deverão definir equipas de trabalho, responsáveis pela área de promoção e educação para a saúde, que serão coordenadas por um professor, no contexto escolar, e por um técnico, no contexto da saúde. Estes coordenadores terão também, e por atribuição, a articulação com as estruturas de saúde/escolares e a restante comunidade. Numa das suas últimas cláusulas é referida a constituição de uma estrutura nacional - Direcção Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular (ME) e Direcção - Geral da saúde entre as estruturas operativas de ambos os Minis-

térios, bem como articular com a Rede Europeia de Escolas Promotoras da Saúde”.

Ainda no início de 2006, torna-se público, um edital do Ministério da Educação com o objetivo de propor às escolas a apresentação de projetos de Educação para a Saúde tendo em vista a monitorização e a avaliação dos mesmos, assim como a divulgação de boas práticas. Previa-se, igualmente, a atribuição de subsídio para aquisição de material considerado essencial.

Para dar sequência ao protocolo entre os Ministérios da Educação e da Saúde é determinado, pelo Despacho nº 15987/06, de 27 de Setembro, a inclusão no Projeto Educativo de Escola de quatro áreas, consideradas prioritárias no que se refere à Promoção e Educação para a Saúde - saúde alimentar, prevenção do consumo e substâncias psicoactivas, violência e educação sexual - como também, a nomeação de um professor - coordenador em cada agrupamento/escola e, ainda, a articulação com as famílias e os centros de saúde.

As disposições legais referentes às condições necessárias ao eficaz desempenho das funções de professor-coordenador de educação para a saúde, por designação de cada agrupamento/escola de entre os docentes dos 2º e 3º ciclo do ensino básico, estão contidas no Despacho nº 2506/07, de 23 de Janeiro.

Em 6 de Agosto de 2009 é publicada a Lei 60/2009 - estabelece o regime de aplicação da educação sexual em meio escolar - que refere, no que respeita à entrada em vigor, o seguinte:

- Aplicada nas escolas a partir da data de início do ano letivo 2009/2010;
- “(...) Gabinetes de informação e apoio ao aluno devem estar em funcionamento em todos agrupamentos de escolas e nas escolas não agrupadas, até ao início do ano lectivo 2010/2011”.

MODELO E QUADRO ÉTICO

Texto retirado do manual de orientações técnicas do KIT Educação Sexual - Secundário, produzido pela APF.

“Toda a educação tem, necessariamente, um quadro ético de referência. Com efeito, educar, no sentido mais amplo, é sempre uma forma de trabalhar com valores, seja qual for a metodologia aplicada. Por seu turno, a sexualidade humana, como se viu, não pode ser reduzida a aspetos anátomo-fisiológicos, dado que é uma característica pessoal e uma área de atividade humana fortemente enraizada em aspectos emocionais, tanto a nível individual como relacional.

A neutralidade moral é, pois, impossível quando se abordam comportamentos humanos e, em especial, os comportamentos humanos e, em especial, os comportamentos sexuais. Uma pretensa “informação sexual”, reduzida às componentes biológicas e preventiva da sexualidade, nem é desejável, nem é isenta de referências éticas e morais.

Destas questões decorre uma outra: se a sexualidade, como componente da intimidade, é hoje em dia, uma área marcada pela diversidade moral e pelo pluralismo, ou seja, se os profissionais, as famílias, as crianças e jovens são diversos nos seus julgamentos morais, quais os valores que, em termos de política educativa e de intervenção profissional, devem orientar a Educação Sexual nas escolas?

Sendo a Educação Sexual uma componente do processo educativo global e que tem implicações na realização individual no relacionamento interpessoal de cada um, obviamente não poderá deixar de referir-se, também ela, a um conjunto de valores. E este conjunto de valores deve respeitar a individualidade de cada um, ou seja, os seus valores pessoais, familiares e culturais, desde que não colidam entre si.

De acordo com estas considerações, constituem **valores essenciais** da Educação Sexual:

- O reconhecimento de que a autonomia, a liberdade de escolha e uma informação adequada são aspetos essenciais para a estruturação de atitudes e comportamentos responsáveis no relacionamento sexual;

- O reconhecimento de que a sexualidade é uma fonte potencial de vida, prazer e de comunicação, e uma componente da realização pessoal e das relações interpessoais;
- O reconhecimento da importância da comunicação e do envolvimento amoroso na vivência da sexualidade;
- O respeito pelo direito à diferença e pela pessoa do outro, nomeadamente os seus valores, a sua orientação sexual e as suas características físicas;
- A promoção da igualdade de direitos e oportunidades entre homens e mulheres;
- A promoção da saúde dos indivíduos e dos casais, nas esferas sexual e reprodutiva;
- O reconhecimento do direito à maternidade e à paternidade livre, conscientes e responsáveis;
- O reconhecimento das diferentes expressões da sexualidade ao longo do ciclo de vida;
- A recusa de expressões da sexualidade que envolvam violência e coação, ou envolvam relações pessoais de dominação e de exploração.

PROCEDIMENTOS NA IMPLEMENTAÇÃO

1. Público-alvo

Este recurso destina-se a turmas ou a grupos de jovens entre os 12 e os 18 anos, de ambos sexos, estejam os mesmos inseridos ou não em contexto escolar. O número mínimo de elementos por grupo é 6 e o máximo 27.

2. Objetivos

- Desenvolver competências emocionais que possibilitem o estabelecimento de relações afetivas positivas;
- Estimular o desenvolvimento de uma sexualidade responsável e saudável;
- Prevenir a gravidez precoce;
- Sensibilizar para a importância do uso de métodos contraceptivos como forma de prevenção da gravidez não desejada e IST's;
- Prevenir a infeção pelo VIH e outras infeções sexualmente transmissíveis;
- Combater e desconstruir preconceitos, mitos e crenças infundadas acerca das relações íntimas, sexualidade e papéis de género.

3. Descrição

O presente recurso, objetiva facilitar uma intervenção na promoção de comportamentos saudáveis face à sexualidade junto da comunidade juvenil. É composto por seis sessões de 90 minutos, cujo impacto é avaliado pela passagem de um questionário de avaliação, em dois momentos (pré e pós intervenção).

A ordem das sessões, posteriormente descritas, para a sua maior eficácia não convém sofrer alterações e estima-se que o espaçamento entre sessões não seja superior a uma semana.

Embora os materiais estejam dispostos para facilitar 6 sessões, caso se verifique ne-

cessidade de despende mais tempo com algum dos conteúdos, é possível realizar em mais sessões. Contudo, tal como foi mencionado anteriormente, a ordem das sessões e os conteúdos das sessões, não devem ser alterados, sendo apenas possível o alargamento de tempo previsto para cada conteúdo.

As sessões de intervenção devem ser dinamizadas, pelo menos, por um técnico com conhecimentos específicos na área da sexualidade. São sessões adequadas para aplicação em contexto de sala de aula, ou num outro contexto em que exista sala com possibilidade de criar áreas de trabalho diferentes, e que tenha possibilidade de manusear os materiais e suportar equipamentos para projeção, tais como computador, vídeo-projetor, tela, quadro branco ou, em alternativa, folhas de trabalho A2. A metodologia presente em todos os momentos, assenta na educação não formal. Como tal, envolve a utilização de técnicas ativas, com recurso a vários materiais, as reflexões em pequenos e grande grupo (o que implica um espaço amplo para colocação de cadeiras em círculo), a possibilidade da aprendizagem entre pares, a necessidade de estruturar as sessões tendo como primeira atividade um quebra-gelo e terminando com uma reflexão que conclua as informações chave da sessão. Esta informação é particularmente importante para o caso do facilitador optar por aprofundar algum tema e por isso estender as sessões para além das 6 inicialmente previstas.

No próximo capítulo, teremos a descrição detalhada de cada sessão, seguida dos materiais susceptíveis de serem impressos para utilização ou ampliado para maior destaque.

4. Avaliação

A avaliação da intervenção é feita com base nos questionários “Diz-nos o que pensas e diz-nos o que aprendeste”. Um é aplicado no início da primeira sessão e o outro no final da última sessão. A mudança no tipo de resposta entre questionários nas perguntas comuns, poderá avaliar a modificação de atitudes e conhecimento, a qual indicará o possível sucesso da intervenção.

A aplicação do questionário inicial, tem também como objetivo avaliar as atitudes, conhecimentos e dúvidas do grupo em particular, para podermos intervir junto das ideias erróneas e dúvidas apresentadas durante a abordagem das temáticas em

questão nas sessões. Da mesma forma, o questionário final poderá servir também para perceber, e posteriormente trabalhar, as dúvidas e dificuldades residuais, em atividades futuras.

Realça-se ainda que a aplicação do questionário é opcional, não sendo necessário, quando a intervenção não é alvo de avaliação.



NOTAS







PLANOS DE SESSÃO

PLANIFICAÇÃO GERAL DAS SESSÕES

		1ª SESSÃO	2ª SESSÃO	3ª SESSÃO
OBJETIVO		Analisar conhecimento/valores acerca da sexualidade; Debater a problemática: gravidez na adolescência.	Fomentar o conhecimento relativo aos métodos contraceptivos.	Adotar comportamentos sexuais informados e responsáveis conducentes à prevenção das IST's; Conhecer os modos de transmissão da generalidade das IST's.
	MOMENTOS	Preenchimento Questionário Pré-intervenção; 10 min Quebra-gelo (Bingo); 20 min Conceito de Sexualidade e Direitos Reprodutivos; 20 min Gravidez: Porque é que os adolescentes engravidam. 30 min	Quebra-gelo (Maestro); 10 min Métodos contraceptivos (uso da mala da APF). 70 min	Quebra-gelo; 10 min Pesquisa de informação; 20 min Preparação de materiais de apresentação; 30 min Apresentação à turma. 30 min

Duração de cada sessão: 90 minutos

		4ª SESSÃO	5ª SESSÃO	6ª SESSÃO
OBJETIVO		Adquirir conhecimentos específicos na área do VIH/SIDA e da Gravidez; Promover e sensibilizar para a prática de comportamentos sexuais saudáveis.	Treinar a assertividade e promover a reflexão sobre a prática de comportamentos saudáveis no desenvolvimento da sexualidade dos jovens.	Treinar a assertividade e promover a reflexão sobre a prática de comportamentos saudáveis no desenvolvimento da sexualidade dos jovens; Avaliar conhecimentos adquiridos com as oficinas.
	MOMENTOS	Quebra-gelo (Espelho); 10 min Mitos e Factos sobre VIH/SIDA e Gravidez; 40 min Apresentação em <i>Power-Point</i> ; 10 min Caça às assinaturas. 20 min	Quebra-gelo (Declaração de amor); 10 min 4 role-plays sobre situações da vida amorosa dos jovens. 80 min	2 role-plays sobre situações da vida amorosa dos jovens; 60 min Explorar sites com informação sobre sexualidade; 20 min Preenchimento do questionário. pós-intervenção 10 min

SESSÃO 1



SESSÃO 1 - GRAVIDEZ

Atividade 1.1

Atividade Opcional *	Preenchimento Questionário Pré-intervenção
Objetivos	Avaliar conhecimentos prévios sobre o tema; Avaliar mudanças decorrentes da aplicação do programa; Caracterizar o grupo de intervenção.
Duração	10 minutos
Material	Documento 1 – Questionário “Diz-nos o que pensa”
Descrição	Distribua um exemplar do questionário por participante, salientando bem que o importante é conhecermos a sua opinião e conhecimento sobre os temas. O questionário é anónimo, não existem respostas certas nem erradas. O fundamental é que sejam sinceros nas respostas e que se baseiem apenas na sua opinião e conhecimentos, não se deixando influenciar pelas respostas dos colegas.

* Esta atividade pode não ser realizada caso se considere que não é pertinente uma avaliação posterior à intervenção.

Atividade 1.2

Atividade Opcional	Bingo da Sexualidade
Objetivos	Quebrar o gelo entre formador e participantes; Abordar alguns aspectos pessoais e questões ligadas à sexualidade de forma lúdica; Introduzir o tema.
Duração	15 minutos

Material	Documento 2 - Cartões “Bingo da Sexualidade” (um por participante)
Descrição	<p>Distribua um cartão do “Bingo da Sexualidade” a cada participante. Cada cartão é constituído por 8 questões. Esta atividade tem dois tipos de aplicação possíveis. Em ambas variantes o objetivo é preencher o cartão com nomes distintos de colegas do grupo.</p> <p><u>Variante 1:</u> Cada participante deve entrevistar um colega diferente para cada pergunta. O primeiro a conseguir completar o cartão deve dizer BINGO para assinalar o momento da vitória. A atividade deve ser feita de pé, a circular pelo espaço disponível e não apenas com os colegas dos lados. No entanto deve-se dar tempo para que os outros terminem de preencher os seus cartões.</p> <p><u>Variante 2:</u> Numa fase inicial cada participante responde individualmente às questões. De seguida deve procurar colegas que tenham a mesma resposta que ele próprio. Deverá preencher todas as questões com nomes diferentes. O primeiro a conseguir diz Bingo e ganha.</p> <p>O vencedor em ambas vertentes torna-se o assistente (“especialista em sexualidade”) para a atividade seguinte.</p> <p>Observações:</p> <p>Com jovens mais novos, esta atividade pode ser confusa quando lhes é explicada. Por isso a forma como se explica é essencial para que a atividade seja devidamente concretizada e divertida. Assim, na variante 2, as instruções deverão ser dadas por fases: Fase 1 - devem responder às questões sozinhos e em silêncio. Fase 2 - Devem levantar-se e ir à procura de outros jovens que tenham dado respostas iguais às deles, sendo que o mesmo jovem não pode constar em mais do que um quadrado/resposta.</p> <p>Poderá ser interessante rever as respostas em voz alta para perceber os interesses dos jovens da turma antes de continuar com a sessão.</p>

Atividade 1.3

Atividade Opcional	<i>Brainstorming</i> sobre sexualidade / Sexualidade segundo OMS / Direitos Reprodutivos
Objetivos	<p>Associar o conceito de sexualidade às suas dimensões física/corporal, sentimental/emocional e social/cultural;</p> <p>Entender a globalidade/amplitude do conceito de sexualidade Sensibilizar para a importância de garantir e respeitar os direitos sexuais e reprodutivos.</p>
Duração	20 minutos
Material	<p>Quadro e giz ou <i>flip chart</i> e canetas (para <i>brainstorming</i> sexualidade)</p> <p>Folha com a definição sexualidade pela OMS para ficar afixada na sala da turma (Documento 3).</p> <p>Folha com os direitos reprodutivos para ficar afixada na sala da turma (Documento 4).</p>
Descrição	<p>Os jovens devem dizer todas as palavras que associam à sexualidade. O vencedor da atividade anterior escreve-as no quadro (ou <i>flip chart</i>). No final da chuva de ideias percorrem-se rapidamente todas as palavras agrupando-as em categorias (corpo, emoção, reprodução, entre outros), dizendo por exemplo “<i>Olhando para todas as palavras que vocês disseram, percebemos que sexualidade tem a ver com corpo (e sublinhamos todas as palavras que estão relacionadas com o corpo)... Sexualidade também está relacionada com sentimentos e emoções e sublinhamos as palavras relacionadas com este tema (amor, paixão...), bem como com reprodução (gravidez, etc). Terminar esta parte perguntando se alguém é capaz dizer numa frase o que é sexualidade. Escutar.</i></p>

Descrição

Mostre neste momento a definição de sexualidade segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), **sexualidade é:**

“uma energia que nos motiva a procurar amor, contacto, ternura e intimidade; que se integra no modo como nos sentimos, movemos, tocamos e somos tocados; é ser-se sensual e ao mesmo tempo sexual; ela influencia pensamentos, sentimentos, acções e interações e, por isso, influencia também a nossa saúde física e mental.”

Para finalizar esta parte, faça a verificação com os jovens de que muito do que se conversou anteriormente está contido nesta definição. Averiguar se percebem e concordam.

Nota: É importante referir que definir sexualidade é tão amplo e abrangente que não é possível encontrar uma definição que se considere completa – a própria OMS assume esta dificuldade.

Passa aos direitos reprodutivos, colocando o Flipchart ou cartolina na parede, lendo inicialmente todos juntos.

“Os direitos reprodutivos incluem o direito a:

- Uma relação sexual agradável e satisfatória sem medo de infeção e doença.*
- Escolher se quer ou não ter filhos.*
- Uma consulta de planeamento familiar cuidadosa, apoiada por um serviço seguro de interrupção voluntária da gravidez que trate as mulheres com dignidade e respeito, e que assegure a privacidade.*
- Educação sexual e reprodutiva.”*

Descrição

Explique que estes são direitos que todos os seres humanos deviam ter garantidos, embora isto não aconteça em todo o mundo. Comece por verificar que o direito a “Educação Sexual e Reprodutiva” está no próprio momento a ser garantido. O direito a “Uma consulta de planeamento familiar” também está garantido pelos serviços de saúde como o Centro de Saúde e o Hospital. Garanta que os jovens percebem que o cumprimento dos restantes dois direitos cabe a cada um através das escolhas que faz.

Devem deixar-se as duas folhas (definição e direitos) na sala da turma. Caso a turma não tenha uma sala atribuída, como acontece frequentemente, entregar ao delegado de turma para escolher a sala onde tenham mais aulas.

Nota: Os Direitos Sexuais e Reprodutivos são 12. Os que aqui apresentamos, são os que nos parecem mais simples de abordar em qualquer contexto. No entanto, para caso o facilitador considere pertinente abordar os outros com grupos mais heterogêneos e com jovens de diferentes contextos, culturas e com diferentes experiências e orientações (casamento cigano, experiências de abuso sexual, pessoas homossexuais, IVG a menores de 16 anos, etc.), anexamos a carta dos DSR em formato simplificado e em português.

Atividade 1.4

Atividade Opcional	<p>É importante falar sobre a gravidez na adolescência para preveni-la? Porque é que as adolescentes engravidam? Causas que podemos ou não controlar.</p>
Objetivos	<p>Explorar as causas que os jovens atribuem uma gravidez não desejada; Verificar que independentemente do tipo de causa haveria sempre algo a fazer para evitar a situação.</p>
Duração	<p>Aproximadamente 30 minutos</p>
Material	<p>Folha “Causas que podemos controlar” Folha “Causas que não podemos controlar” <i>Post-its</i> (um por aluno)</p>
Descrição	<p>Peça que cada aluno escreva no seu post-it porque que acha que as jovens adolescentes continuam a engravidar hoje em dia, apesar da acessibilidade da informação.</p> <p>Coloque as duas folhas (“Causas que podemos controlar” e “Causas que não podemos controlar”) afixadas no quadro ou no chão no meio da roda (alunos e facilitadores sentados em círculo nas cadeiras). Pedir a cada aluno individualmente que leia a sua causa e que a coloque no lado que considera mais correto, ou seja, junto à folha “Causas que podemos controlar” ou junto à folha “Causas que não podemos controlar”. Seguidamente discuta em grupo se a razão exposta podia ou não ser controlada, ou seja se se podia ter optado por fazer de outra forma de modo a evitar o risco de gravidez.</p> <p>No final todas as causas estarão do lado “causas que se podiam controlar”. Conclui-se que existe sempre uma maneira de não correr riscos desnecessários.</p>

Documento 1

GABINETE DE ACOMPANHAMENTO PSICOSSOCIAL

- Diz-nos o que pensas -Questionário Pré Intervenção

Preenche este questionário com sinceridade e responde a todas as questões. Agradecemos desde já a tua colaboração.

1. Frequentas a escola?

Sim Não Se sim, indica: Ano: _____ Turma: _____ No: _____

2. Idade: _____

3. És: Rapaz Rapariga

4. Sabes o que são métodos contraceptivos?

Sim Não

4.1. Se sim, indica **todos** os métodos contraceptivos que conheces ou de que já ouviste falar:

5. Onde tiveste conhecimento sobre métodos contraceptivos?

Centro de Saúde

Escola (com técnicos/as de fora)

Escola (com professores da turma)

Casa

Amigas/os

Na net

Outros. Quais? _____

6. Achas importante a utilização de métodos contraceptivos?

Sim Não

7. Qual a razão mais importante para se utilizarem métodos contraceptivos?

Prevenir Infeções Sexualmente Transmissíveis

Prevenir uma gravidez não desejada

Ambas as razões

Outras. Quais? _____

8. Selecciona a opção com que mais te identificas

Gostava de ter o meu 1º filho aos ____ anos. Não gostava de ter filhos.

9. Lê as afirmações com atenção e diz até que ponto concordas ou discordas, assinalando com uma cruz

	Concordo Totalmente	Concordo	Não Concordo Nem Discordo	Discordo	Discordo Totalmente
9.1. Num namoro o mais importante é o contacto físico.	—	—	—	—	—
9.2. O preservativo é a única forma de evitar a transmissão do VIH/SIDA numa relação sexual.	—	—	—	—	—
9.3. A gravidez deve ser sempre planeada.	—	—	—	—	—
9.4. Quando iniciar a minha vida sexual vou utilizar métodos contraceptivos sempre.	—	—	—	—	—
9.5. Usar preservativo é um ato de amor.	—	—	—	—	—
9.6. Devemos fazer testes ao VIH/SIDA se quisermos deixar de utilizar preservativo.	—	—	—	—	—

10. O que achas que é preciso ter ou fazer ou pensar para decidir ter filhos?

Coloca aqui as dúvidas que gostarias de esclarecer e sugestões de atividades que gostarias de realizar?

Documento 2



Bingo da Sexualidade

O que gosto mais de fazer é...	Tenho medo de...	O meu maior desejo é...	O que mais gosto no meu corpo é...
Nome:	Nome:	Nome:	Nome:
Se engravidasse agora...	Quando tenho dúvidas sobre sexualidade costume...	O que mais me atrai nos outros é...	O mais importante num namoro é...
Nome:	Nome:	Nome:	Nome:

Documento 3

Definição de Sexualidade

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), **sexualidade é** “uma energia que nos motiva a procurar **amor, contacto, ternura e intimidade**; que se integra no modo como nos **sentimos, movemos, tocamos e somos tocados**; é ser-se **sensual** e ao mesmo tempo **sexual**; ela **influencia pensamentos, sentimentos, acções e interações** e, por isso, **influencia também a nossa saúde física e mental.**”

Documento 4

Direitos Sexuais reprodutivos

“Os **direitos reprodutivos** incluem o direito a:

- Uma relação sexual agradável e satisfatória sem medo de infeção e doença.
- Escolher se quer ou não ter filhos.
- Uma consulta de planeamento familiar cuidadosa, apoiada por um serviço seguro de interrupção voluntária da gravidez que trate as mulheres com dignidade e respeito, e que assegure a privacidade.
- Educação sexual e reprodutiva.”

SESSÃO 2

SESSÃO 2 - Métodos Contracetivos

Atividade 2.1

Atividade Opcional	Maestro
Objetivos	Funcionar como dinâmica de aquecimento; Desenvolver consciência corporal.
Duração	5 minutos
Material	Folha de papel
Descrição	<p>Selecione um “<i>maestro</i>” (facilitador) que segura uma folha de papel que representa o chão. Enquanto o “<i>maestro</i>” mexe a folha (chão) o grupo tem que se mover como se tivesse no chão, por exemplo, se o maestro inclina a folha para a direita o grupo dever-se-á inclinar para a sua esquerda. Depois de fazer algumas movimentações pergunta-se se alguém quer experimentar o papel de maestro, deixando os voluntários experimentar.</p> <p>Na segunda parte da dinâmica a folha representará o corpo humano e o grupo terá que imitar o que o maestro faz com a folha. Por exemplo se o maestro dobra a ponta inferior direita, os jovens deverão dobrar a sua perna esquerda.</p>

Nota: Estas dinâmicas são uma mais-valia no sentido em que permitem a experimentação de interações e movimentos corporais que não são utilizados normalmente no dia-a-dia em contexto escolar. Na adolescência a utilização deste tipo de dinâmicas é particularmente pertinente uma vez que esta é fase por excelência de estabelecimento de relações íntimas com pares e de descoberta do próprio corpo nesta nova fase de transição para um corpo maduro com funções reprodutivas.

Atividade 2.3

Atividade Opcional	Métodos Contracetivos e Órgãos Reprodutores
Objetivos	<p>Reconhecer os órgãos reprodutores femininos e masculinos; Conhecer os métodos contracetivos; Saber utilizar os métodos contracetivos, principalmente a pílula e o preservativo; Saber distinguir métodos para evitar uma gravidez de métodos que também previnem a transmissão de infecções sexualmente transmissíveis; Destacar a contraceção de emergência como um recurso em falhas na contraceção.</p>
Duração	50 minutos
Material	<p>Folhas com imagem dos órgãos reprodutores masculinos e femininos Mala da APF com métodos contracetivos Folhetos APF</p>
Descrição	<p>Coloca-se as cadeiras dispostas em círculo ou cria-se um espaço livre para sentar no chão em círculo.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relembrando a temática que foi abordada a semana passada, apresenta-se a imagem dos órgãos reprodutores humanos e pedimos apoio aos jovens para explicarmos como se dá a fecundação, ou seja, que acontece quando o óvulo da mulher está maduro e é fecundado por um espermatozóide. (Documento 5) 2. Mostra-se que o óvulo fecundado (chamado ovo ou zigoto) se implanta na parede do útero, onde se vai desenvolver durante 9 meses.

Descrição

3. Mostra-se e explica-se os métodos contraceptivos, focando a maneira de utilizar e sublinhando sempre que cada pessoa deve escolher o método mais adequado para si, tanto a nível biológico como de personalidade.

4. Passa-se todos os métodos, explicando como se utilizam, vantagens e desvantagens, por todos os jovens de modo a que todos possam ver, mexer e colocar as suas dúvidas (para uma correta informação sobre os métodos contraceptivos utilizar a informação disponível na mala da APF).

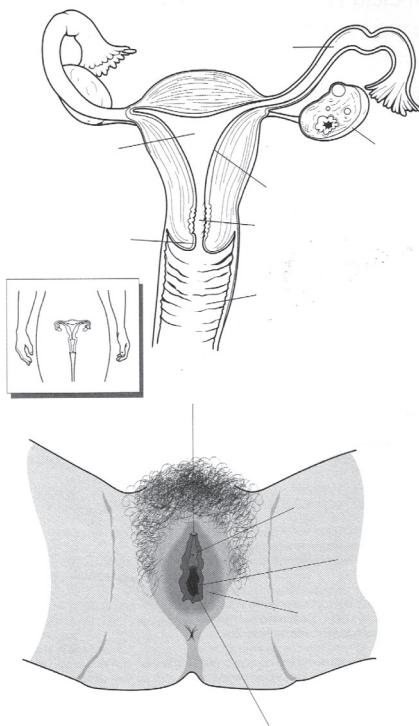
5. Deve-se reservar um tempo para dúvidas e para experimentação da colocação do preservativo masculino. Deve incentivar-se todos a realizar esta acção devendo sempre respeitar os que não quiserem experimentar.

Nota: As turmas de 9º ano regular abordam os métodos contraceptivos em Ciências da Natureza, mas todas as turmas, sem excepção, apresentaram várias dúvidas e ideias erradas. Parece-nos em suma importância continuar a fazer este esclarecimento com recurso à mala APF. De salientar que muitos jovens referem esta como uma das atividades que mais gostaram.

Documento 5

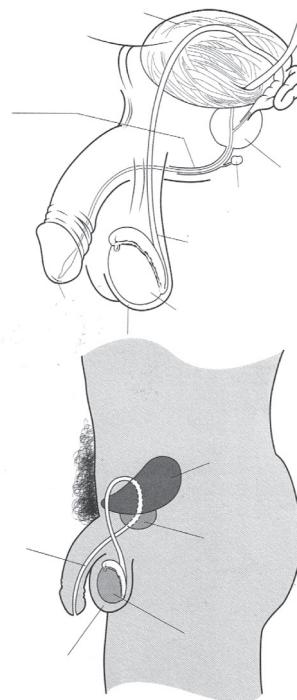
Folha/Cópia para distribuição

Aparelho sexual feminino



Folha/Cópia para distribuição

Aparelho sexual masculino



SESSÃO 3

SESSÃO 3 - Infecções Sexualmente Transmitidas

Atividade 3.1

Objetivos	<p>Adotar comportamentos sexuais informados e responsáveis conducentes à prevenção das IST's;</p> <p>Conhecer as IST's mais frequentes;</p> <p>Conhecer os modos de transmissão da generalidade das IST's;</p> <p>Entender a importância das medidas preventivas das IST's.</p>
Duração	90 minutos
Material	<p>Documentos 6 e 7 - Ficha de trabalho com alguns tópicos para a introdução do assunto e possíveis questões; quadro sobre as IST's;</p> <p><i>Power point</i> sobre IST's cedido pela APF ou realizar a sessão com apoio a uma sala de computadores para os jovens pesquisarem.</p> <p>Folhas A3; Cola; Marcadores; Tesouras.</p>
Descrição	<p>Inicialmente devemos explicar o tema da sessão e criar grupos entre 3 a 5 jovens. Dado termos várias IST's na grelha, o ideal é termos grupos de 4 jovens (máximo 5 grupos). Após a organização dos grupos, sugere-se que se debruçam sobre 2/3 IST's presentes no quadro no sentido de serem capazes de preparar uma apresentação sobre as mesmas aos colegas. O facilitador distribui as IST's a cada grupo. Os jovens dispõem de 20 a 30 minutos (consoante disponham de computadores ou não) para prepararem as suas apresentações com apoio visual, ou seja construção de um pequeno cartaz;</p> <p>Peça aos grupos que preparem ainda um inquérito ou jogo sobre as IST's apresentadas (sopa de letras, quem quer ser milionário, roda da sorte, etc,) para porem os colegas a interagir e verificarem o que ficou retido;</p>

Documentos 6 e 7

EXEMPLO DE FICHA DE TRABALHO

Tópicos a abordar

- 1) O que são IST's;
- 2) Indicar algumas IST's;
- 3) Para cada uma das IST's escolhidas por grupo a aprofundar, referindo:
 - a. Causa;
 - b. Formas de transmissão;
 - c. Sintomas;
 - d. Consequências do não tratamento;
 - e. Modo de prevenção.

Proposta de questões

- 1) Indique quais das seguintes opções não é uma IST:
 - Gonorreia
 - Candilomas
 - Malária
 - Hepatite B
- 2) Mencione qual é de transmissão quase exclusiva por via sexual:
 - Gonorreia
 - Candídiase
 - Sífilis
 - Pediculose Púbrica

3) É transmitida não apenas pela via sexual:

- Herpes Genital
- Papilomas genitais
- Condilomas
- Hepatite B

4) Deve-se suspeitar de IST quando há: (pode haver mais que uma resposta certa)

- Um corrimento vaginal na mulher ou uretral no homem
- Comichão nos órgãos sexuais
- Um ardor a, urinar ou nas relações sexuais
- Uma ferida nos órgãos genitais
- Uma borbulha ou inchaço nos órgãos genitais

5) A pessoa que tem ou pensa ter uma IST deve:

- Ter relações sexuais
- Não prevenir as pessoas com quem teve relações sexuais recentemente
- Ir rapidamente ao médico

Doença	Causa	Forma de Transmissão	Sintomas Homens	Sintomas Mulheres	Consequências do não tratamento
Candidíase	Fungo	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual • Roupa interior • Toalhas • Roupa húmida • Desequilíbrio da flora vaginal (stress, ansiedade, etc) 	<ul style="list-style-type: none"> • Sensação de ardor forte a urinar • Inchaço da glândula e prepúcio 	<ul style="list-style-type: none"> • Comichão na vulva e vagina • Fluxo vaginal muito abundante e esbranquiçado • Sensação de ardor forte a urinar 	<ul style="list-style-type: none"> • Persistência da infeção
HPV (Vírus do Papiloma Humano) Importante divulgar: Atualmente, a Vacina contra o HPV está disponível de forma <u>gratuita</u> para raparigas entre os 11 e 13 anos de idade.	Vírus	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual • Via materno-fetal • Auto-inoculação 	<ul style="list-style-type: none"> • Muitas vezes assintomático • Inchaços que se localizam nos genitais externos e à sua volta com a forma de verrugas 	<ul style="list-style-type: none"> • Muitas vezes assintomático • Inchaços que se localizam na vagina, colo do útero, genitais externos e à sua volta. Pode ter a forma de uma couve-flor 	<ul style="list-style-type: none"> • As mulheres devem fazer análises regulares porque os Condilomas podem estar associados ao cancro do colo do útero
Gonorreia	Bactéria	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual • Roupa interior • Toalhas 	<ul style="list-style-type: none"> • Podem não ter sintomas • Ardor ao urinar • Pus na uretra • Dor ou ardor ao urinar e na relação sexual, • Corrimento fétido e de cor amarelada ou esverdeada, 	<ul style="list-style-type: none"> • Ardor a urinar • Dor ou ardor ao urinar e na relação sexual, • Corrimento fétido e de cor amarelada ou esverdeada, • Hemorragia • Podem não ter sintomas 	<ul style="list-style-type: none"> • Esterilidade • Inflamação da pélvis
Hepatite B	Vírus	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual • Sangue • Via materno-fetal 	<ul style="list-style-type: none"> • Muitas vezes assintomático • Sensação de ardor forte a urinar • Icterícia • Dores abdominais • Febre, dores musculares • Perca de peso e apetite, vómitos e diarreia 	<ul style="list-style-type: none"> • Muitas vezes assintomático • Sensação de ardor forte a urinar • Icterícia • Dores abdominais • Febre, dores musculares • Perca de peso e apetite, vómitos e diarreia 	<ul style="list-style-type: none"> • Produz graves problemas no fígado • Cirrose • Pode levar à morte

Doença	Causa	Forma de Transmissão	Sintomas Homens	Sintomas Mulheres	Consequências do não tratamento
Herpes Genital	Vírus	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual • Via materno-fetal • Auto-inoculação 	<ul style="list-style-type: none"> • Fases assintomáticas frequentes. • Provoca feridas nos genitais, • Comichão, dor e ardor ao urinar e durante as relações sexuais, quadro gripal. 		<ul style="list-style-type: none"> • Persistência da infeção
Pediculose Púbica (piolhos públicos ou "chatos")	Parasita	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual • Falta de higiene • Toalhas e lençóis 	<ul style="list-style-type: none"> • Forte comichão • Picadelas na zona púbica 		<ul style="list-style-type: none"> • Sem consequências se desparasitar a pele e desinfetar a roupa em água a ferver.
Sífilis	Bactéria	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual • Via sanguínea • Via materno-fetal • Contacto com as lesões 	<ul style="list-style-type: none"> • Fase 1: Úlcera avermelhada nos genitais, boca ou ânus • Fase 2: Gânglios linfáticos nas virilhas, axilas ou pescoço. Manchas nos pés, mãos e costas 	<ul style="list-style-type: none"> • Lesões no sistema circulatório e nervoso • Pode levar à morte 	
VIH/SIDA (as mais recentes práticas na prevenção do VIH reforçam o facto de, em situação de aconselhamento ou sensibilização, se dever designar o VIH por infeção crónica (na presença de tratamento) como forma de adotar um discurso mais realista e menos promotor de discriminação e falsas crenças.	Vírus	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto sexual • Via sanguínea • Via materno-fetal 	<ul style="list-style-type: none"> • Alterações imunitárias • Infeções generalizadas sem diagnóstico específico 		<ul style="list-style-type: none"> Morte • Doença crónica (na presença do tratamento)*



NOTAS







SESSÃO 4 - VIH e SIDA

Atividade 4.1

Atividade Opcional	Espelho
Objetivos	Criar espírito de grupo; Fomentar a interação em pares; Desenvolver consciência corporal.
Duração	15 minutos
Material	Sem material.
Descrição	<p>Nesta dinâmica o grupo deve colocar-se em duas filas frente a frente. Cada um deverá ter um par à frente. Explica-se que o jogo inicia com os elementos de uma das filas a fazerem gestos que os seus pares devem imitar como se fossem um espelho. Em nenhum momento do jogo deverão tocar-se. A seguir trocam de papéis. Mantendo-se esta dinâmica de troca ao longo de todos os momentos. O facilitador vai introduzindo oralmente as mudanças na dinâmica dos pares, alterando as tarefas e gerindo os momentos de troca de papéis.</p> <p>Exemplo de instruções: A seguir o indivíduo espelho deverá fazer os gestos ao contrário dos do colega. No momento seguinte deve exagerar os movimentos. Seguidamente devem fazer movimentos de dança. A seguir deverão agir como se estivessem a jogar um jogo à sua escolha. Posteriormente simularão uma luta. Na última parte devem mimar que querem chegar um ao outro sem conseguir, até que o facilitador dá instrução de que podem chegar um ao outro e dar um abraço.</p>

Nota: Estas dinâmicas são uma mais-valia no sentido em que permitem a experimentação de interações e movimentos corporais que não são utilizados normalmente no dia-a-dia em contexto escolar. Na adolescência a utilização deste tipo de dinâmicas é particularmente pertinente uma vez que esta é fase por excelência de estabelecimento de relações íntimas com pares e de descoberta do próprio corpo nesta nova fase de transição para um corpo maduro com funções reprodutivas.

Atividade 4.2

Atividade Opcional	O que sabes sobre o VIH e SIDA?
Objetivos	Distinguir entre VIH e SIDA; Expor algumas noções relativas à história do VIH; Apresentar as diferentes etapas do VIH e SIDA; Enunciar as vias de transmissão do VIH, tal como os métodos de prevenção; Ressaltar a presteza com que o vírus pode propagar.
Duração	10 minutos
Material	Suporte visual em <i>power-point</i> ; computador e projetor.
Descrição	Exposição oral com apoio de uma apresentação em <i>power-point</i> . A apresentação é composta por questões acerca da temática VIH e SIDA e é pedido ao grupo que participe respondendo às mesmas. O facilitador deverá corrigir/completar/reforçar a resposta dada pelos jovens através dos esquemas que surgem na apresentação após cada resposta.

Atividade 4.3

Atividade Opcional	Caça às assinaturas
Objetivos	Reconhecer comportamentos de risco; Conhecer as formas de transmissão do VIH; Reconhecer a importância do uso do preservativo como protecção contra o VIH.
Duração	20 minutos
Material	Documento 8 - 1 cartão para cada aluno; Canetas
Descrição	O facilitador deve explicar que na sequência do tema que está a ser explicado ir-se-á realizar um jogo para se refletir a seguir.

Descrição

O documento 8 tem 2 cartões “siga as instruções” marcados com um “p”, 1 com um “x”, 2 com a mensagem “não siga as instruções” e 1 com a mensagem “se quiser siga as instruções”. Todos os outros têm apenas a mensagem “siga as instruções”.

Entregue um cartão a cada elemento. Diga aos participantes para guardarem segredo em relação ao que está escrito no cartão e que, quando der indicação para começar, devem recolher 3 assinaturas de colegas nas costas do cartão. Depois de recolhidas as assinaturas peça aos participantes para se sentarem. Diga apenas à pessoa que tenha o “x” que se levante e leia os nomes escritos no cartão. Peça aos participantes que tenham sido chamados que se levanten e um de cada vez leia os nomes do seu cartão. Mantenha esta sequência até serem lidos os nomes de todos os que assinaram.

Decifre os códigos e diga aos participantes para imaginarem que o participante com o “x” estava infetado com VIH e cada assinatura é uma relação sexual desprotegida, o cartão com o “p” pertence a quem usou preservativo e quem não recolheu assinaturas não teve relações sexuais. Faça sentar todos os que não estão em risco de estar infetados. Conclua refletindo sobre a facilidade de propagação do VIH.

Reflexão final pergunte como se sentiram nesta “brincadeira”, se a pessoa com o (x) se sentiu mal por sentir que estava infectada ou se se sentiu discriminada. Tente também que os outros expressem o que sentiram quando souberam que a outra pessoa tinha e que poderiam estar infetados. , Como seria se fosse mesmo real?

IMPORTANTE: Concluir que nas relações sexuais só há duas maneiras de as pessoas se protegerem desta infeção: abstinência sexual ou uso do preservativo (masculino ou feminino).

Observações: Esta dinâmica é bastante interessante uma vez que permite trabalhar preconceitos relativos aos portadores da doença como por exemplo a ideia de que apenas as pessoas com muitos parceiros correm riscos de contaminação, ou que são os homossexuais e os toxicodependentes os grupos mais infetados (quando na realidade são os heterossexuais).

Atividade 4.4

Atividade Opcional	Mito ou Facto?
Objetivos	Reforçar a informação dos adolescentes e eliminar os mitos relacionados com a anatomia e fisiologia da reprodução, contraceção, e infeções sexualmente transmissíveis, essencialmente o VIH/SIDA.
Duração	40 minutos
Material	Documento 9 - Tiras de papel com frases escritas. Corte-as e coloque-as dentro de uma caixa ou de um saco escuro Marcadores de Equipas (ex. preservativo, Amor, VIH, nome do projeto ou da disciplina); Ofertas - rebuçados, porta-chaves, preservativos, etc.
Descrição	<p>Informe o grupo que se trata de um jogo que os ajudará a descobrir a verdade sobre alguns mitos relacionados com a sexualidade. Sublinhe que embora o sexo seja tratado por muitos agentes socializadores (televisão, livros e filmes), é raro encontrarmos neles uma informação correta do que queremos saber. Explique que os mitos, rumores e superstições são muitas vezes facilmente aceites como factos.</p> <p>Divida o grupo em quatro equipas (crie e distribua os símbolos (marcadores) e coloque-as frente a frente. Faça escolher um porta-voz para cada equipa.</p> <p>Coloque as tiras de papel numa caixa ou saco escuro e peça a um voluntário que retire uma tira e leia em voz alta dirigindo-se a equipa que esteja ao seu lado. Os elementos dessa equipa podem trocar ideias durante alguns minutos antes de tomar a decisão, se se trata de um mito ou de um facto, a qual será anunciada pelo porta-voz.</p> <p>Corrija a resposta e comente adicionando informação que considere oportuna. Atribua um prémio caso esteja correta.</p> <p>Repetir o procedimento até esgotar todas as frases.</p>

Atividade 4.5

OPCIONAL: conforme o nível de maturidade e capacidade de entender a letra da música. Não se aconselha antes do 9º ano.

Atividade Opcional	Música “O Remorso” da Weasel
Objetivos	Explorar os riscos e reincidência de comportamentos de risco da transmissão do VIH mesmo num namoro estável
Duração	15 minutos
Material	Música e maneira de a ouvir (por ex.: telemóvel, mp3, colunas e computador) Documento 9 - Letra da música impressa para dar por grupos ou individualmente.
Descrição	Depois de ouvir a música, lendo simultaneamente a letra, pedir para explicarem a história que acabaram de ouvir. Ler de forma a certificar-se que todos compreenderam. Inquirir também se acham que isto não acontece na realidade ou se é uma realidade muito distante da deles, ou seja se não conhecem ninguém que pudesse ser protagonista desta música (ou namorada/o do/a protagonista). Retomar as questões iniciais de exploração. Sugerir também que conversem com a/o namorada/o sobre esta questão, principalmente se optarem por usar outro método contraceutivo que não preservativo, reforçando a importância de se realizar o teste ao VIH (preferencialmente antes de se iniciarem relações sem preservativo) e de se assumirem comportamentos preventivos como a atenção no uso de materiais cortantes ou perfurantes (kits de manicura, material de tatuagem, agulhas, lâminas, etc.) e uso preservativo em contactos sexuais fora da relação. Nota 1: Ter especial atenção nas seguintes frases da música <i>“A pior das hipóteses não é tão má assim, hoje em dia é diferente - acredita em mim”</i>

Descrição

Nesta frase é importante deixar claro que quem é infectado, apesar de haver tratamento terá uma série de implicações na sua vida, principalmente pela vulnerabilidade física que causa e pelas implicações na sua vida sexual que não é de todo idêntica à vida de uma pessoa saudável.

Tenho que festejar, hoje à noite é a doer

Não comprei camisas - O que é que se há-de fazer?

Será que aprendeu com o erro? Será que vai passar a ter comportamentos mais seguros? Hoje em dia há pessoas que correm riscos por pura adrenalina, mas é importante fazê-los entender que este tipo de comportamentos para sentir adrenalina pode trazer graves problemas a longo prazo. Existem formas mais saudáveis de sentir adrenalina. É muito importante não deixar que esta letra caia no sentido perverso da mensagem que queremos transmitir.

Nota 2: Mencionar também que o teste é gratuito, anónimo e confidencial e disponibilizar os contactos dos locais próximos onde poderão realizar o teste: CS Olhão, CAD, APF, etc.

Exemplos dos nossos contactos:

CAD Faro: Rua Brites de Almeida, nº6, 3ºesq, Faro;

Tel: 289 812 528 / 289 805 363

APF: Rua S. Luís, nº 60, 1ºesq, Faro;

Tel: 289 863 300/96 204 36 72

Documento 8**Cartões de Jogo - Caça à assinatura**

SIGA TODAS AS
INSTRUÇÕES

P
SIGA TODAS AS
INSTRUÇÕES

X
SIGA TODAS AS
INSTRUÇÕES

P
SE QUISER
SIGA AS
INSTRUÇÕES

NÃO
SIGA AS
INSTRUÇÕES

NÃO
SIGA AS
INSTRUÇÕES

SE QUISER
SIGA AS
INSTRUÇÕES

Documento 9

Mito ou Facto?

Apresentam-se a seguir algumas frases para usar no jogo. Leia cuidadosamente e escolha as que se adequam melhor à respetiva turma.

É comum todos os adolescentes terem relações sexuais.

É pouco saudável que se tenha relações durante o período.

Um(a) adolescente necessita do consentimento dos pais para pedir aconselhamento contracetivo no Centro de Saúde ou Centro de Atendimento Jovem

Os rapazes e as raparigas podem ter contraído IST's, sem contudo manifestar qualquer sintoma.

Uma rapariga pode ficar grávida se tiver relações sexuais durante a menstruação.

As pílulas contracetivas provocam cancro.

O duche vaginal previne a gravidez.

Uma vez contraída a Gonorreia, e tenha sido curada, não pode voltar a ser contraída.

Os preservativos ajudam a prevenir as IST's.

Existe uma vacina que nos protege do VIH/SIDA.

As pessoas com SIDA necessitam de estar sempre no hospital e não em casa.

O preservativo, usado corretamente, previne a infeção pelo VIH e outras infeções sexualmente transmissíveis.

O preservativo deve ser colocado desde o início da relação sexual.

Uma pessoa infetada com o VIH/SIDA não pode ir à escola nem trabalhar.

A SIDA tem cura.

A tosse ou espirro podem ser meios de transmissão do VIH.

Um preservativo pode ser usado mais do que uma vez.

As relações sexuais entre dois homens podem transmitir o VIH, se um deles estiver infetado.

O uso da pílula protege a mulher de ser infetada com o VIH.

Documento 10

O Remorso

Da Weasel

A caminho da clínica para ir buscar os resultados,
vejo e revejo todos os passos errados
não foram poucos, mas o remorso é uma coisa tão incrível
as imagens organizam-se de uma forma acessível
O telemóvel toca - é a minha namorada:
“Tudo bem, o que é que fazes, puto?” Nada, baby, nada,
telefone-te daqui a pouco, “o quê que tens? Parece que tas rouco”
Se ela soubesse do meu sufoco, quase que fico louco
Como é que a vou encarar se estiver positivo?
quando a conheci estava bem negativo
Se eu apanhei, ela apanhou de certeza absoluta
como é que pude ser tão grande filho da puta?
A minha mãe sempre me disse “Puto tem muito cuidado”
e eu sempre me gabei de andar bem informado
Mas sempre dormi à brava, dei na fruta à brava
sempre vivi à brava mas não quero morrer à brava

Refrão:

O remorso é uma coisa tão incrível
As imagens organizam-se de forma acessível
O telemóvel toca, é a minha namorada
“Tudo bem? O que é que fazes, puto?” Nada, baby, nada

Alinho as caras de pessoas com quem mantive sexo
ocasional ou não, quanto mais penso, mais fica complexo
A lista não é extensa mas basta apenas uma vez
penso na miúda do “Kids” encerrada em lividez
A sala de espera parece o corredor da morte
pesado como o ar está, não há nada que o corte

Lembro-me da conversa que tive com a minha médica
para ela não há problema, eternamente cética
“A pior das hipóteses não é tão má assim,
hoje em dia é diferente - acredita em mim”
Acordo quando ouço o meu nome chamado em voz alta
juro que é a última vez que hoje o medo me assalta
A doutora traz um sorriso, o que não quer dizer nada
mas quase que ejaculo quando vejo a folha imaculada
Tenho que festejar, hoje á noite é a doer
Não comprei camisas - O que é que se há-de fazer?

SESSÃO 5

SESSÃO 5 - *Role play* de situações-tipo relacionadas com sexualidade juvenil - Parte 1

Atividade 5.1

Atividade Opcional	Declaração de amor
Objetivos	Preparar os jovens para a representação, uma vez que vamos trabalhar <i>role plays</i> . Deve ser um momento divertido, de descontração que deixe na turma um sentimento positivo.
Duração	10 minutos
Material	Sem material
Descrição	<p>Peça aos jovens que formem um círculo em pé. Seguidamente dão-se as instruções. O facilitador explica que irão realizar um jogo muito sério em que não se pode rir. Irão fazer uma declaração de amor. O facilitador, exemplifica, colocando-se no meio da roda e segurando a mão de alguém e explica que quem tiver no meio do círculo deverá proceder desta forma (segurar na mão e olhar olhos nos olhos), “declarando-se” sempre com a seguinte frase “Meu amor amo-te tanto! Por favor sorri para mim”. A pessoa que recebe a declaração de amor, sem desviar o olhar deverá responder sem se rir: “Meu amor, eu também te amo muito, mas não posso sorrir para ti”. Caso a pessoa se ria ou sorria deverá tomar o lugar de quem está no centro da roda. Se não sorrir a pessoa que estiver no meio terá que se “declarar” a outra pessoa até que alguém não consiga manter-se sério.</p> <p>O critério de término do jogo caberá ao facilitador que pode estipular um tempo limite, a participação de todos os elementos da roda ou o número de declarações que devem ser feitas, por exemplo.</p>

Descrição	<p><u>Opcional:</u></p> <p>O facilitador poderá optar por finalizar com uma breve reflexão sobre a dificuldade de se proferirem certas palavras, como “amo-te”, que se referem a sentimentos ou questões íntimas, que podem ter a ver com sexualidade. Poderá colocar questões para debate como “Quantas vezes terão algumas pessoas corrido riscos desnecessário pela dificuldade de se expressarem? Por vergonha ou dificuldade de perguntar “tens preservativo?”, “já fizeste o teste do VIH?”, “gostas mesmo de mim?” ou “afinal já não quero” ou perguntar se é mais fácil dizer “és parvo” ou “és maravilhoso/lindo”?</p>
------------------	---

As dinâmicas de *role play* (ou jogo de papéis) proporcionam aos jovens um papel activo no desenvolvimento de competências, ajudando-os a compreender o seu papel nas interações sociais, desenvolvendo e aperfeiçoando capacidades sociais, emocionais e relacionais. O jogo de *role play* assume, assim, um papel central neste projeto, uma vez que permite que os jovens experimentem diferentes situações e papéis, abordando temáticas frequentemente consideradas constrangedoras: a sexualidade, o uso (ou não uso) de métodos contraceptivos, os afetos e a pressão dos pares.

Caso o facilitador da acção tenha conhecimentos sobre Teatro do Oprimido poderá dinamizar esta sessão através da técnica de teatro fórum.

Atividade 5.2

Atividade Opcional	Role play de situações-tipo relacionadas com sexualidade juvenil
Objetivos	<p>Desenvolver pensamentos e capacidade de argumentação lógicos e baseados em evidências científicas, ao invés de preconceitos e aparências, sobre temáticas relativas à sexualidade.</p> <p>Estimular a adoção de comportamentos seguros relativos à sexualidade.</p> <p>Fomentar a importância da componente emocional das relações.</p> <p>Promover o debate sobre questões baseadas em mitos e preconceitos relativos à sexualidade, combatendo-os.</p>
Duração	80 minutos
Material	Documento 11 – descrição de situações para representação
Descrição	<p><u>Local</u>: Sala de aula.</p> <p><u>Opcional</u>: adereços que possam ajudá-los a criarem as personagens (gravatas, cabeleiras, óculos, brincos de mola, anéis, etc) ou marionetas.</p> <p>Esta dinâmica estrutura-se em três momentos distintos:</p> <p><u>Preparação</u>: 10 a 15 minutos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Os jovens agrupam-se em pares (podendo haver alguns trios), escolhendo os parceiros; • O facilitador explica que irão preparar uma pequena representação em que terão que imaginar que estão com os seus melhores amigos ou namorados/as; • Cada par/trio pode escolher a temática da situação (cada grupo pode ter mais que um cartão, se o formador assim o entender, tendo em conta a complexidade do tema e a competência do grupo); • Cada grupo prepara a sua representação. O facilitador deverá percorrer a sala, esclarecendo dúvidas, dando sugestões.

<p>Descrição</p>	<p><u>Representação e interação com facilitador e público - 40 minutos</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Os grupos apresentam a sua representação; • No final de cada representação (ou durante, caso ache pertinente) o facilitador deverá colocar questões ou sugerir modificações à situação apresentada que permitam de forma mais consistente aproximar-se dos objetivos a trabalhar em cada situação. O facilitador tem um papel fundamental de intervir durante e no final das representações sugerindo situações/argumentos e convidando o resto do grupo a fazer o mesmo ou a expressar o que diriam naquela situação. <p><u>Conclusão da atividade - 20 minutos</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • No final deve incitar-se a uma conclusão, ou seja, perguntar a todos os participantes o que tiram de útil para a sua vida. <p>Nota: Caso algum par se sinta constrangido em representar os papéis, poderão sempre usar marionetas.</p> <p>Nota: Caso esta atividade seja trabalhada por um professor da turma que tenha conhecimento das técnicas do teatro do oprimido, poderão apresentar as cenas numa forma de teatro fórum para a comunidade escolar.</p> <p>Nota 2: O/A facilitador/a deverá ter a sensibilidade de adaptar ou não as situações caso existam casos no grupo semelhantes aos retratados.</p> <p>Qualquer aluno/a terá o direito de recusar um papel, ou trocar por outro, caso não se sinta confortável a representá-lo.</p> <p>Nota 3: Se se verificar que são cenas a mais é preferível excluir uma e ter tempo para debater as que são apresentadas do que não dar tempo ao debate. O mais importante desta atividade é o debate/desconstrução de preconceitos/criação de discursos assertivos.</p>
-------------------------	--

Descrição**Sugestões para Debate**

Sugestões de questões que o facilitador poderá utilizar para a discussão final.

Perguntas ao público - situação 1:

- Como agias se fosses a Soraia?
- O que pensas da opinião do Ricardo?
- Que argumentos poderia a Soraia utilizar para que o Ricardo percebesse o seu ponto de vista?
- O que deveriam fazer para deixarem de utilizar o preservativo com segurança?
- Que riscos poderão continuar a correr ao deixarem de utilizar preservativo?
- Qual seria a maior prova de amor? O Ricardo usar preservativo como forma de manter a relação de ambos segura e saudável; ou a Soraia deixar-se convencer a não usar preservativo para fazer a vontade ao Ricardo?
- O que é o prazer? E de que forma pode influenciar o uso do preservativo? (na pergunta “O que é o prazer, deverá fazer-se a reflexão de que é algo extremamente relativo e pessoal. Depende, tal como a sexualidade, de fatores não só biológicos mas também sociais e culturais). O preservativo é constantemente associado à prevenção de comportamentos de risco. As publicidades contrariamente ao que se pretende reforçam a obrigatoriedade e o negativo e não o prazer. Se toda as pessoas dissessem que com preservativo era muito mais prazeroso, além de higiénico e saudável, e se nos lembrarmos que existem preservativos com formas e lubrificantes que estimulam o prazer, com sabores de morango e chocolate, será que o preservativo não passaria a estar associado a mais uma fonte de prazer?

Descrição**Perguntas ao público - situação 2:**

- Como agias se fosses a Rodrigo? Qual seria a pessoa que contarias em primeiro?
- Que tipo de apoio darias a um amigo que tivesse na posição do Rodrigo?
- Que atitudes viste que consideras não estarem adequadas?
- Quais foram os argumentos corretos utilizados para não haver discriminação? Ou que argumentos poderiam ter sido usados?
- Acham que é possível isto acontecer na vossa vida real?
- O que fariam?
- Como achas que vai ser o futuro do Rodrigo? (desmistificar falsas crenças sobre a vida das pessoas seropositivas, no entanto é importante deixar claro que o facto de se contrair esta doença traz problemas sérios para a vida do dia-a-dia. Hoje em dia começa-se a cair no extremo oposto de achar que não faz mal contrair VIH/SIDA porque a medicação permite viver com alguma qualidade de vida. No entanto, é importante perceber que a pessoa não vai poder viver uma vida idêntica a quem não a contraiu.)

Perguntas ao público - situação 3:

- Há alguma situação nesta cena que vos choque? Porquê?
- Que tipo de sentimentos identificam nesta cena (há amor? São responsáveis com a sua saúde?)
- Acham que poderia acontecer na vossa realidade?
- O que fazias se fosses a Joana?
- Como reagias se fosses o Zé?
- Porque é que continua a acontecer estas coisas?

Descrição

- O que se pode fazer para evitar tais situações?
- Como é que a Joana pode confirmar se ocorreu de facto uma gravidez? (Centro de Saúde, APF, outro local da comunidade onde seja possível?)
- Caso a Joana estivesse mesmo grávida, o que deveria fazer caso desejasse seguir com a gravidez? E se desejasse interromper? (consulta materno-infantil ou Serviços de IVG nos Hospitais)

Perguntas ao público - situação 4:

- O que pensam da postura da Ana?
- Consideram que a jovem Marta vive uma vida feliz e sente-se bem?
- Que riscos existem caso a Ana leve a sua ideia para a frente?
- Será que ela está a pensar nos interesses da criança e do namorado?
- Quais são as principais dificuldades que uma mãe adolescente tem que enfrentar?
- Será que existe alguma vantagem real caso a Ana leve a sua ideia para a frente?
- Que argumentos poderiam ter sido utilizados?

Perguntas aos atores - em ambas as cenas:

- Como se sentiram no papel da personagem?
- Concordas/Identificas-te com a tua personagem?
- Sentem que depois deste debate agiriam de forma diferente?

Documento 11

Role play de situações-tipo relacionadas com sexualidade juvenil - Parte 1

Nesta atividade iremos trabalhar os conhecimentos acerca do tema através da troca de papéis, ou seja, da dramatização de situações, onde os alunos assumem papéis distribuídos pelo facilitador. De seguida, apresentamos duas situações passíveis de serem usadas. Estes papéis apenas contêm uma breve descrição das personagens e da situação com que se deparam. A construção do diálogo, do cenário, dos argumentos é da responsabilidade dos jovens. O facilitador deverá auxiliar em caso de dúvidas.

Situação 1 - É necessário dois participantes e remete para uma negociação do uso do preservativo:

Participante 1:

O meu nome é Ricardo, tenho 17 anos e namoro com a Soraia há 6 meses. Usámos sempre preservativo até agora, mas na minha relação anterior não usava o preservativo. Quero deixar de usar o preservativo com a Soraia. Vou convencê-la!

Participante 2:

O meu nome é Soraia, tenho 16 anos e namoro com o Ricardo há 6 meses. Já tive relações sexuais com o meu namorado. Defendo o uso do preservativo!

Situação 2 - É necessário três participantes e permite trabalhar os conhecimentos acerca do VIH/SIDA, a forma de lidar com uma situação real de transmissão e permite trabalhar a desmistificação de preconceitos comuns:

Participante 1:

O meu nome é Rodrigo, tenho 18 anos e fiz um rastreio do VIH, descobri que sou seropositivo. Namoro com a Carolina há 6 meses, tenho relações sexuais com ela sem preservativo. Já tive outros comportamentos de risco com anteriores namoradas, ainda não contei à Carolina. Vou contar primeiro aos meus amigos.

Participante 2:

Sou a Cláudia, sou muito amiga do Rodrigo. Tenho muitos preconceitos acerca do VIH/SIDA, possuo muitas ideias erradas. Mostra-as durante a conversa e coloca muitas questões.

Participante 3:

Sou o André, amigo do Rodrigo, e tenho bastantes conhecimentos acerca do VIH/SIDA. Mostra aos teus amigos os conhecimentos que possuis, desmistificando alguns preconceitos.

Situação 3 - São necessários 3 participantes e permite trabalhar questões relacionadas com gravidez não planeada.

Participante 1:

O meu nome é Joana, tenho 16 anos e namoro com o Zé. Já iniciámos a nossa vida sexual há algum tempo, só que no outro dia não tínhamos preservativo mas tivemos relações na mesma. Agora o período não me aparece e acho que estou grávida. O que devo fazer? Ainda por cima os meus pais não sabem que eu namoro com o Zé... nem iriam aprovar porque ele é mais velho.

Participante 2:

Sou o Zé, tenho 18 anos e comecei a namorar há pouco tempo com uma rapariga que é bué fixe. Ela tem 16 anos e acho que se chama Josélia. Ela é fixe. No outro dia não tínhamos preservativo, mas fizemos aquilo na mesma. Cá por mim não usávamos mais preservativos.

Participante 3:

Sou o Filipe e sou amigo do Zé. Somos amigos desde infância, damo-nos super bem, mas nunca apreciei muito a forma como ele lida com as miúdas. Parece que nunca gosta de ninguém... e às vezes é um bocado despreocupado com coisas sérias, como as doenças e a possibilidade de ser pai. Só espero que ele não se dê mal. Afinal de contas, é o meu melhor amigo.

Situação 4 - São necessários 2 participantes e permite trabalhar questões relacionadas gravidez: motivos e consciência.

Participante 1:

Sou a Ana e tenho 15 anos. Não gosto da minha família e quero ter uma só minha. Era tão bom ficar grávida. Agora comecei a curtir com um rapaz de 17 anos. Vive lá na minha zona. Se ele quiser ter relações nem penso 2 vezes. E se engravidar melhor ainda. Assim podíamos ficar juntos para sempre e cuidar do nosso filho.

Participante 2:

Sou a Marta, tenho 17 anos, tenho uma filha de 3 meses e sou a melhor amiga da Ana. Sei que ela tem grandes dificuldades em casa, mas não compreendo como é que ela pode pensar que se tiver um filho os seus problemas se vão embora. Os meus só pioraram. Não tenho tempo para mim, a minha filha é engraçada, mas agora não posso sair. O meu namorado é um ciumento de todo o tamanho e nós passamos a vida a discutir... isto nos momentos em que estamos juntos, que já começam a ser menos dos que os que estamos separados. A Ana está completamente enganada, mas não me ouve. Não sei como a posso ajudar!

SESSÃO 6

SESSÃO 6 - *Role play* de situações-tipo relacionadas com sexualidade juvenil - Parte 2

Atividade 6.1

Atividade Opcional	<i>Role play</i> de situações-tipo relacionadas com sexualidade juvenil
Objetivos	<p>Desenvolver pensamentos e capacidade de argumentação lógicos e baseados em evidências científicas, ao invés de preconceitos e aparências, sobre temáticas relativas à sexualidade.</p> <p>Estimular a adoção de comportamentos seguros relativos à sexualidade.</p> <p>Fomentar a importância da componente emocional das relações.</p> <p>Promover o debate sobre questões baseadas em mitos e preconceitos relativos à sexualidade, combatendo-os.</p>
Duração	60 minutos
Material	Cartões com frases ou descrição de situações.
Descrição	<p><u>Local:</u> Sala de aula.</p> <p><u>Opcional:</u> adereços que possam ajudá-los a criarem as personagens (gravatas, cabeleiras, óculos, brincos de mola, anéis, etc) ou marionetas</p> <p>Esta dinâmica estrutura-se em três momentos distintos:</p> <p><u>Preparação:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Os jovens agrupam-se em pares ou trios para poderem recriar a situação que lhes sair;• O facilitador explica que irão preparar uma pequena representação em que terão que imaginar que estão com os seus melhores amigos ou namorados/as.• Cada grupo prepara a sua representação. O facilitador deverá percorrer a sala, esclarecendo dúvidas, dando sugestões;

DescriçãoRepresentação e interação com facilitador e público

- Os grupos apresentam a sua representação;
- No final de cada representação (ou durante, caso ache pertinente) o facilitador deverá colocar novas questões ou sugerir modificações à situação apresentada que permitam de forma mais consistente aproximar-se dos objetivos a trabalhar em cada situação. O facilitador tem um papel fundamental de intervir durante e no final das representações sugerindo situações/argumentos e convidando o resto do grupo a fazer o mesmo ou a expressar o que diriam naquela situação. Caso o facilitador tenha formação em teatro fórum, poderá aplicar essa metodologia colocando os outros jovens em cena, criando outros discursos/soluções, para poder desconstruir argumentos baseados em crenças e construir discursos mais assertivos.

Conclusão da atividade

- No final deve incitar-se a uma conclusão, ou seja, perguntar a todos os participantes o que tiram de útil para a sua vida.

Nota: Caso algum par se sinta constrangido em representar os papéis, poderão sempre usar marionetas.

Sugestões para debate

Sugestões de questões que o facilitador poderá utilizar para a discussão final

Perguntas ao público - situação 5:

- Será que perdermos a virgindade porque as nossas(os) amigas(os) já a perderam é um motivo válido para o fazer?
- Achas que os jovens sentem pressão dos amigos para perderem a virgindade?
- O que pensas da opinião do Daniel? E da Alexandra?

Descrição

- Será que um rapaz não poder dizer que não?
- O que significa dar a entender? Como devemos abordar o tema com o/a nosso/a namorado/a?
- Que motivos terá o Daniel para não querer avançar?
- Que outros argumentos poderiam ser utilizados pela personagem do Daniel?
- Como poderemos fazer para que os/as namorados/as compreendam e respeitem as nossas decisões?

Perguntas ao público - situação 6:

- O que acham deste problema surgir no feminino?
- O que acham de ser uma rapariga a ter proteção?
- Será este um problema real, motivo de conflitos entre pais e filhos? E acham que esta é uma razão real para que os jovens não usem preservativo?
- Como se pode evitar que esta seja uma razão para o não uso dos preservativos?
- Como é que achas que os vossos pais iriam reagir numa situação idêntica a esta? De que forma poderíamos explicar-lhes a importância de, independentemente do sexo, estarmos prevenidos?
- Acham que os jovens têm mais relações sexuais, ou iniciam mais cedo, por terem acesso a preservativos?
- Que outros argumentos poderiam ser utilizados pela personagem da Andreia?
- Caso hajam sugestões pode-se introduzir o teatro-fórum nesta altura para exemplificar.

Perguntas aos atores - em ambas as cenas:

- Como se sentiram no papel da personagem?
- Concordas/Identificas-te com a tua personagem?
- Sentem que depois deste debate agiriam de forma diferente?

Atividade 6.2

Atividade Opcional	Pesquisa de sites
Objetivos	Dar a conhecer os diferentes sites das instituições para que os jovens possam pesquisar em sites com informação fidedigna sobre sexualidade
Duração	20 minutos
Material	Computador e projetor
Descrição	<p>Esta atividade pretende divulgar sites com informação fidedigna sobre sexualidade. É muito importante que o facilitador explore os sites previamente.</p> <p>Entre outros, devemos divulgar:</p> <p>Centros de Saúde da zona, onde consta o horário das consultas ao adolescente (damos como exemplo o nosso): http://www.portaldasaude.pt/portal/servicos/prestadoresV2/?providerid=589</p> <p>Associação para o Planeamento da Família http://www.apf.pt/</p> <p>Sexualidade em Linha - do Ministério da Saúde http://www.min-saude.pt/portal/conteudos/linhas/contactos+de+apoio/sexualidade.htm</p> <p>IPDJ - Saúde e Sexualidade Juvenil http://juventude.gov.pt/SAUDESEXUALIDADEJUVENIL/SEXUALIDADE/Paginas/default.aspx</p>

Atividade 6.3

Atividade Opcional	Preenchimento do Questionário Pós-intervenção
Objetivos	Avaliar a eficácia da ação; Regular a adequação dos conteúdos e metodologias.
Duração	10 minutos
Material	Documento 13: Questionário “Diz-nos o que aprendeste” Documento 14: Questionário para o professor
Descrição	O procedimento de aplicação é semelhante ao preenchimento do questionário Pré-Intervenção.

Documento 12

Role play de situações-tipo relacionadas com sexualidade juvenil - Parte 2

Nesta atividade iremos trabalhar os conhecimentos acerca do tema através da troca de papéis, ou seja, da dramatização de situações, onde os alunos assumem papéis distribuídos pelo facilitador. De seguida, apresentamos duas situações passíveis de serem usadas. Estes papéis apenas contêm uma breve descrição das personagens e da situação com que se deparam. A construção do diálogo, do cenário, dos argumentos é da responsabilidade dos jovens. O facilitador deverá auxiliar em caso de dúvidas.

Situação 5 – São necessários 2 participantes e permite trabalhar questões relacionadas com “a 1ª vez”.

Participante 1:

Sou a Alexandra, tenho 15 anos e as minhas amigas todas já perderam a virgindade. Comecei a namorar com o Daniel, que tem a mesma idade que eu, mas ele parece não querer avançar. Já lhe dei a entender que quero perder a virgindade, mas ele não reage. De amanhã à noite não pode passar.

Participante 2:

Sou o Daniel. A minha namorada, a Alexandra anda só de volta de mim para termos relações. Mas eu ainda não sei muito sobre isso e sinceramente não tenho a certeza se quero fazer isso. Só que ela não entende. E agora?

Role play de situações-tipo relacionadas com sexualidade juvenil - Parte 2

Nesta atividade iremos trabalhar os conhecimentos acerca do tema através da troca de papéis, ou seja, da dramatização de situações, onde os alunos assumem papéis distribuídos pelo facilitador. De seguida, apresentamos duas situações passíveis de serem usadas. Estes papéis apenas contêm uma breve descrição das personagens e da situação com que se deparam. A construção do diálogo, do cenário, dos argumentos é da responsabilidade dos jovens. O facilitador deverá auxiliar em caso de dúvidas.

Situação 6 - São necessários 2 participantes e permite trabalhar questões relacionadas com preconceitos de porte de preservativos.

Participante 1:

Sou a Andreia, tenho 14 anos e a minha mãe descobriu que eu tinha preservativos na carteira. Agora diz que quer falar comigo. E agora não sei o que devo dizer!

Participante 2:

Sou a Isabel, tenho uma filha de 14 anos, a Andreia e sem querer apanhei-a com preservativos na carteira. Sei que tenho que falar com ela, estou muito preocupada, mas não sei o que lhe hei-de dizer.

Documento 13

GABINETE DE ACOMPANHAMENTO PSICOSSOCIAL

Diz-nos o que aprendesteQuestionário Pós Intervenção

Preenche este questionário com sinceridade e responde a todas as questões. Agradecemos desde já a tua colaboração.

1. Frequentas a escola?

Sim Não Se sim, indica: Ano: _____ Turma: _____ No: _____

2. Idade: _____

3. És: Rapaz Rapariga

4. Estas oficinas ajudaram-te a conhecer os métodos contraceptivos?

Sim Não

4.1. Se sim, indica **todos** os métodos contraceptivos que conheceste com estas oficinas e cuidados devemos ter com cada um deles:

5. Estas oficinas ajudaram-te a perceber onde podes esclarecer as tuas dúvidas sobre sexualidade?

Sim Não Se sim, indica os locais/ telefones para esclareceres as dúvidas _____

6. Indica até que ponto consideras importante a utilização de métodos contraceptivos?

Nada Pouco Mais ou menos Muito MUITÍSSIMO

7. Indica, na tua opinião, qual a razão **mais importante** para se utilizarem métodos contraceptivos?

Prevenir Infecções Sexualmente Transmissíveis

Prevenir uma gravidez não desejada

Ambas as razões

Outras. Quais? _____

8. Selecciona a opção com que mais te identificas

Não iniciei a minha vida sexual, por isso não corro riscos nenhuns a nível sexual.

Atualmente sei que corro riscos de engravidar e/ou ficar infetado(a) com alguma doença sexualmente transmissível.

Atualmente não corro riscos de engravidar nem de ficar infetado(a) com alguma doença sexualmente transmissível.

9. Sentes que estas oficinas **esclareceram as tuas dúvidas?**

Nada Pouco Mais ou menos Muito MUITÍSSIMO

10. Sentes que estas oficinas te **ajudaram/ensinaram a lidar melhor com as situações que vives?**

Nada Pouco Mais ou menos Muito MUITÍSSIMO

11. **Sentes-te mais confiante** na forma como vives ou poder vir a viver a tua sexualidade?

Nada Pouco Mais ou menos Muito MUITÍSSIMO

12. Lê as afirmações com atenção e diz até que ponto concordas ou discordas, assinalando com uma cruz

	Concordo Totalmente	Concordo	Não Concordo Nem Discordo	Discordo	Discordo Totalmente
12.1. Num namoro o mais importante é o contacto físico.	—	—	—	—	—
12.2. O preservativo é a única forma de evitar a transmissão do VIH/SIDA numa relação sexual.	—	—	—	—	—
12.3. A gravidez deve ser sempre planeada.	—	—	—	—	—
12.4. Quando iniciar a minha vida sexual vou utilizar métodos contraceptivos, caso não queira engravidar.	—	—	—	—	—
12.5. Usar preservativo é um ato de amor.	—	—	—	—	—
12.6. Devemos fazer testes ao VIH/SIDA se quisermos deixar de utilizar preservativo.	—	—	—	—	—

13. O que achas que é preciso ter ou fazer ou pensar para decidir ter filhos?

Dá-nos a tua opinião sincera sobre estas oficinas. Gostaste? O que foi mais importante para ti?

Documento 14**Questionário ao PROFESSOR Oficinas de Educação Sexual - Gabinete de Acompanhamento Psicossocial - Projeto Bom Sucesso****Escola:** _____ **Turma:** _____**Nome professor:** _____ **Data :** _____

Este questionário tem como objetivo analisar a qualidade da formação ministrada. Agradecemos que classifique os diversos pontos de acordo com a escala colocando um X nas células que considere ajustadas à sua opinião.

1 = Inadequado e **5** = Muito Bom

SESSÕES	1	2	3	4	5
1 Correspondeu às expectativas iniciais					
2 Interesse do tema					
3 Utilidade/ Pertinência do tema					
4 Duração da acção					
FORMADORAS	1	2	3	4	5
5 Organização da sessão					
6 Metodologia utilizada					
7 Clareza da linguagem					
8 Relacionamento com os participantes					
9 Adaptação às necessidades do grupo					
10 Assiduidade e pontualidade					
ORGANIZAÇÃO	1	2	3	4	5
11 Materiais/ Recursos					
12 Dinâmicas/ Atividades					

Que outros temas gostaria de ver abordados em futuras acções?

Sugestões:

Obrigado pela sua colaboração!

Entidade Promotora: Entidade Parceiras:



Financiado por:



Co-financiado por:



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu



RECURSO

TRATA A SEXUALIDADE POR TU

PROJETO

BOM SUCESSO

INSTITUIÇÕES DE CONSÓRCIO

MOJU - ASSOCIAÇÃO MOVIMENTO JUVENIL EM OLHÃO

COMISSÃO DE PROTECÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS

PSP - ESCOLA SEGURA

INSTITUTO PORTUGUÊS DA JUVENTUDE

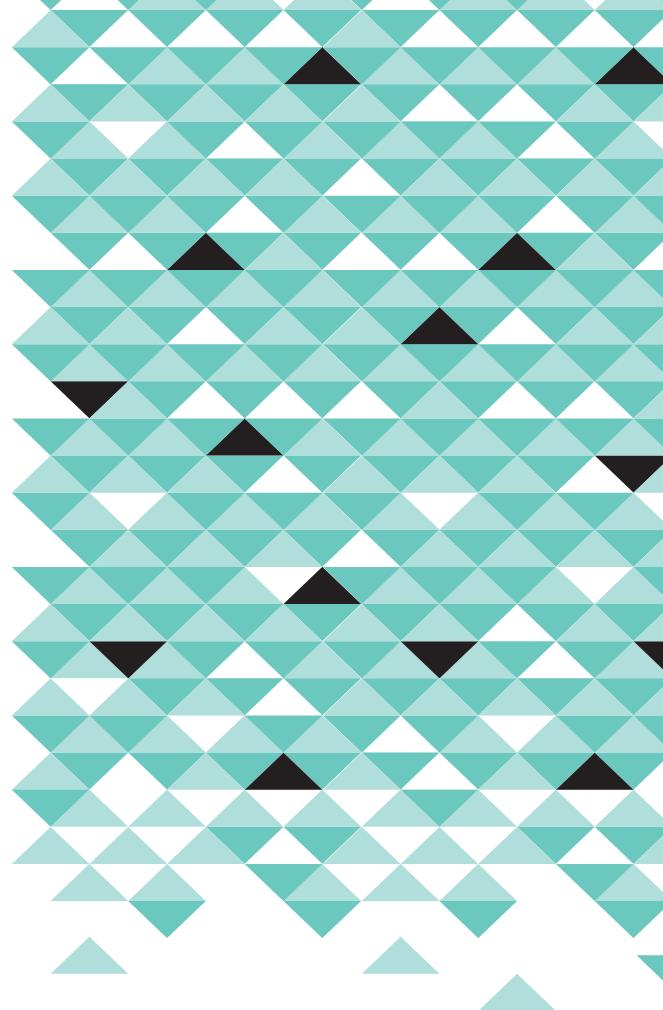
MUNICÍPIO DE OLHÃO - GABINETE DE INSERÇÃO PROFISSIONAL

AGRUPAMENTO VERTICAL DE ESCOLAS JOÃO DA ROSA

AGRUPAMENTO VERTICAL DA ESCOLAS ALBERTO IRIA

AGRUPAMENTO VERTICAL DE ESCOLAS PAULA NOGUEIRA

CNO DA ESCOLA SECUNDÁRIA DR. FRANCISCO FERNANDES LOPES



RE / FAZER ESCOLA
COM O ESCOLHAS
COLHAS

