

RELATÓRIO DO DESENVOLVIMENTO DA NARRATIVA DEDICADA AOS PROBLEMAS LIGADOS À COVID-19 PROGRAMA EU E OS OUTROS

Um ano de Intervenção

1. Introdução

O Programa Eu e os Outros (E&O) é uma abordagem preventiva de caráter universal que promove o desenvolvimento de competências socio emocionais e da literacia nos Comportamentos Aditivos e Dependências (CAD) com recurso à exploração de narrativas interativas. Este tipo de narrativas permite ao participante colocar-se no lugar da personagem principal e tomar um conjunto de decisões que influencia o desenrolar da narrativa. Para que essas decisões sejam tomadas, o participante é convidado a explorar informação útil sobre o tema, nomeadamente sobre a rede de respostas da saúde para as diferentes problemáticas abordadas.

O E&O começou a ser desenvolvido em 2007 e integrava, até 2020 nove narrativas de acesso restrito a técnicos de diferentes áreas profissionais que concluíssem o processo formativo, disponibilizado para a habilitação dos mesmos à utilização deste recurso. O processo formativo de base perfaz 54 horas creditadas em formato de oficina de formação, dividido equitativamente entre uma componente presencial de descoberta guiada da metodologia, e outra de implementação do Programa em contexto de trabalho. Programas de aprofundamento de 30 horas, são disponibilizados com o mesmo tipo de estrutura, proporcionando a exploração dos conteúdos abordados em cada uma das narrativas. Até 2020 os programas de formação do E&O, totalizaram mais de 6 mil e quinhentas participações que incluíram a implementação do E&O a grupos de jovens entre os 10 e os 22 anos, abrangendo um número superior a 76 mil participantes.

As narrativas são apresentadas aos participantes num formato *PowerPoint*, integrando blocos de texto – parágrafos – no final dos quais deverá ser feita uma escolha a partir de hipóteses pré-definidas. Os temas que integram cada história, sugestões de exploração nos mesmos e referências de pesquisa são proporcionados aos aplicadores num manual de suporte. Cada uma das narrativas deverá ser explorada ao longo de 7 sessões de 90 minutos concretizadas com uma regularidade semanal ou quinzenal.

Em março de 2020, na sequência da declaração de um estado pandémico e da adoção de um conjunto de medidas de confinamento, a coordenação do E&O, decidiu iniciar a construção de uma nova narrativa dedicada às interfaces entre os CAD e a COVID-19 que foi desenvolvida sob o slogan “Eu enfrento a COVID–19 com os Outros - Não sejas tu o vírus”. A nova narrativa foi construída e disponibilizada a 27 de abril, em formato aberto, mediante download a partir do site do SICAD.

O presente documento pretender dar conta, não apenas do processo de construção deste recurso, mas proporcionar, igualmente, uma avaliação dos resultados obtidos ao longo de um ano de intervenção.

2. CONSTRUÇÃO DA NARRATIVA

A filosofia subjacente à construção desta narrativa rompeu radicalmente com o conceito habitual das narrativas E&O. Definiu-se como objetivo a produção de uma narrativa de curta extensão, passível de ser jogada, quer numa perspetiva lúdica de sensibilização, quer na abordagem habitual desenvolvida em multissessões.

Perspetivando-se a sua disponibilização como recurso aberto – ao contrário das restantes narrativas do Programa – cuja utilização não obrigaria a uma formação prévia de capacitação, a nova narrativa deveria conter em si própria os elementos indutores de pesquisa e reflexão. Os conteúdos escolhidos cruzaram as interfaces entre a vivência da realidade imposta pela pandemia, com os comportamentos aditivos desenvolvidos no decurso da mesma.

O enredo, começou por apresentar aos leitores, as diferentes formas de vivenciar as limitações impostas pelas várias fases de reação à situação de ameaça que a COVID-19 assumiu a nível nacional, reações essas, expressas durante a interação por parte do grupo de 9 personagens, que constitui a base do E&O. Face ao confinamento e à tensão associada, são exploradas propostas de atividades passíveis de serem desenvolvidas individualmente ou em família, dentro de um leque muito variado de interesses – jogo digital ou de tabuleiro, arte, leitura, humor e passa tempos, bricolage, atividade física, cozinha, filmes e séries. O leitor é depois confrontado com o desejo da personagem principal de quebrar as regras de segurança e exploradas diferentes reações a esta intenção. O leitor poderá decidir qual a opção tomada pelo personagem principal – o João – e as consequências que daí advêm nomeadamente no plano da saúde, aproveitando-se o enredo para explorar a sintomatologia da COVID-19, os procedimentos a adotar e os recursos disponíveis. Por fim é explorado o impacto da pandemia na vida das pessoas e comunidades e as perspetivas de futuro.

Para proporcionar linhas de reflexão, foram integradas no texto, questões dirigidas ao leitor, que suscitem debate, interno ou externo, sobre atitudes, comportamentos e motivações. Estes conteúdos foram abordados num manual de suporte ao aplicador, produzido especificamente para esta narrativa, o qual fornece sugestões de exploração dos temas a quem pretenda utilizar este recurso em contexto de sala de aula, apoio psicológico ou dinamização de grupos no âmbito da educação para a saúde.

Tendo em conta a natureza da primeira versão disponibilizada, a equipa de coordenação iniciou imediatamente a produção de uma segunda versão que proporcionasse uma visão da realidade a partir de uma personagem feminina – a personagem principal é a Maria -, que traz para o enredo o desejo de se encontrar com o seu namorado durante o período de imposição de regras restritivas à circulação e convívio social. A estrutura da narrativa, ganhava uma inovadora forma estrelar, em que a mesma base proporcionava ao leitor a escolha entre diferentes ângulos de exploração, tendo por base uma abordagem inicial comum aos vários enredos. Independentemente das diferenças nos temas abordados, ambas as versões se iniciam com o encontro do grupo e com a reação à tensão inerente à situação de confinamento. Depois, em função da escolha do leitor, o leitor abordará motivações para a rotura das regras de segurança, potenciais consequências e gestão de recursos.

Em julho de 2020 uma terceira versão é disponibilizada, proporcionando desta vez a visão de uma faixa etária mais baixa – o personagem principal é o Emanuel – invertendo o dilema, do desejo de quebrar com as regras de segurança, para explorar a resistência ao abandono da segurança ameaçado pelo regresso à normalidade. De novo, a terceira ponta desta narrativa estrelar oferece ao leitor uma

abordagem diferente, onde as decisões se desenvolvem em torno dos medos e tensões associadas ao retorno aos espaços públicos, as preocupações com a segurança dos mesmos, os conflitos e a ansiedade resultante do pessimismo e a gestão das consequências das conceções feitas.

Por fim, uma quarta versão será lançada em comemoração do aniversário do lançamento deste recurso. Esta nova versão, desenvolvida a partir do olhar da Alice, incidirá o seu foco na vivência dos adultos, percebida aos olhos dos jovens. O enredo trará também consigo o tema da vacinação e dos dilemas a ela associados, nomeadamente a relação entre pessoas vacinadas e não vacinadas e os procedimentos de segurança posteriores à mesma.

3. DIVULGAÇÃO

O procedimento de divulgação desenvolveu-se em ciclos, à medida que as diferentes versões foram sendo disponibilizadas. Naturalmente, a informação da existência desta nova narrativa foi veiculada em primeiro lugar através da rede dos aplicadores e ex-aplicadores do Programa, oferecida como uma alternativa de intervenção em contexto de confinamento, passível de ser desenvolvida à distância com recurso a plataformas telemáticas.

Um segundo canal de divulgação foi o site e redes sociais do SICAD e seus parceiros. A esta tarefa associaram-se as diferentes Administrações Regionais de Saúde (ARS) e as Secretarias Regionais de Saúde das Regiões Autónomas da Madeira e dos Açores através dos seus organismos competentes (IASAUDE e DRPCD, respetivamente), Direção Geral da Saúde (DGS), Direção Geral da Educação (DGE), a Direção Geral dos Recursos da Defesa Nacional (DGRDN), o Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), a Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens (CNPDPJ), o Centro Nacional de Cibersegurança (CNCS), a Ordem dos Psicólogos (OPP) e a Confederação Nacional das Associações de Pais (CONFAP) entre outros. Foram ainda enviados e-mails de divulgação a todas as autarquias e Comissões de Proteção de Crianças e Jovens do país. Este *mailing* foi renovado aquando do lançamento da segunda e terceira versões da narrativa.

Por fim, como forma de reforçar o processo de divulgação, foram concretizados seminários de apresentação do recurso, um primeiro de carácter alargado, organizado pela equipa de formação do SICAD, em torno de estratégias de abordagem preventiva em tempos de confinamento, seguido de mais três seminários de pequena dimensão dirigidos aos profissionais com envolvimento direto na implementação do Programa, estes últimos já com alguma componente formativa.

4. IMPLEMENTAÇÃO

A intervenção estruturada com base nesta narrativa esteve a cargo das Divisões de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências das diferentes Administrações Regionais de Saúde. Tendo em conta a situação pandémica, apenas em três regiões foram adotadas iniciativas concretas

para a exploração da narrativa, nos moldes tradicionais da abordagem preventiva preconizada no Programa Eu e os Outros. Algumas das iniciativas foram de difusão e mobilização das entidades parceiras, outras foram de capacitação e suporte técnico aos aplicadores que selecionaram esta narrativa para a intervenção continuada com o seu grupo-alvo.

Região Norte

Neste 1º ano de implementação da nova narrativa COVID-19 (abril de 2020/abril de 2021), foram realizadas duas reuniões com os aplicadores já formados no Programa e duas ações sensibilização especificamente sobre esta narrativa que envolveram técnicos e docentes já com formação no Programa (fevereiro de 2021- dirigida a 14 professores da EB 2/3 Eugénio de Andrade – realizada pelo CRI Porto Central e em fevereiro 2021 – dirigida a 11 pessoas- técnicos Projetos Prevenção - PORI (9) e Equipa TEIP E/B 2/3 Pêro Vaz de Caminha (2) – realizada pela Equipa Técnica da DICAD).

As 3 ações de Formação Base realizadas no ano letivo 20/21 abordaram também esta nova história, de forma a podermos capacitar os aplicadores para a utilização desta ferramenta em formato online.

Da avaliação dos formandos face aos momentos formativos, destacamos a importância da abordagem dos conteúdos relacionados com os Comportamentos Aditivos e Dependências e da preparação e disponibilização do Programa como importante ferramenta para o trabalho preventivo.

Da apreciação subjetiva dos aplicadores formados no âmbito da Narrativa COVID-19, destacamos:

“A metodologia definida para a Formação “Eu e os Outros” integrou técnicas e métodos diversificados, privilegiando a componente prática como forma de facilitar a aquisição de saberes. A título de exemplo posso referir a aplicação do Método Expositivo, Interrogativo e Ativo, através da utilização de técnicas como a exposição, a formulação de perguntas, a discussão, o debate de ideias, as dinâmicas de grupo e as simulações pedagógicas, entre outras.”

“Os conteúdos foram abordados de forma muito estruturada, clara, científica e motivadora para todos os formandos presentes. As formadoras possuíam excelentes qualidades pedagógicas, técnico-científicas e relacionais”.

“Considero que a frequência desta ação de formação foi bastante enriquecedora para a minha atividade docente e acredito que terá um impacto muito positivo na minha prática pedagógica e na minha formação pessoal/profissional”.

“A estratégia de partilha de conhecimentos e experiências foi fundamental para reforçar a aprendizagem, permitindo atingir os objetivos propostos. Os materiais de apoio fornecidos foram bastante importantes para a compreensão de todos os conteúdos da ação e houve uma boa adequação entre os objetivos, os conteúdos e as metodologias utilizadas.”

• Implementação na Região Norte

No ano 2020, a narrativa 10 foi aplicada por 6 aplicadores, junto de 6 turmas do 3º ciclo e secundário, abrangendo 111 alunos. No ano 2021, a narrativa 10 já foi aplicada por 42 aplicadores, junto de 28 turmas, abrangendo 490 alunos pertencentes ao 2º e 3º ciclos e secundário.

Assim, neste 1º ano de implementação da nova narrativa COVID-19 foram envolvidas 15 instituições pertencentes a 7 concelhos da região norte, foram formados 48 aplicadores que desenvolveram esta história junto de 34 turmas, abrangendo 601 alunos do 2º e 3º ciclos e secundário. De acordo com o quadro abaixo apresentado:

ANO	CRI	Instituição	Concelho	Aplicadores	Turmas	Alunos	Ano
2020	ORIENTAL	AE Couto Mineiro Pejão	Castelo de Paiva	1	1	13	7º
				2	2	34	8º
	DICAD	EP Tecnologia Psicossocial	Porto	1	1	19	10º
				1	1	22	11º
				1	1	23	12º
2020				6	6	111	7º ao 12º

ANO	CRI	Instituição	Concelho	Aplicadores	Turmas	Alunos	Ano
2021	BRAGA	AE D. Sancho I		1			
		AE Camilo Castelo Branco	V. N. Famalicão	1	8	178	
	ORIENTAL	EB 2/3 e Secundária Pinheiro	Penafiel	2	1	18	12º
		AE Couto Mineiro Pejão	Castelo de Paiva	2	1	21	6º
				2	1	14	7º
		AE Lousada	Lousada	1	1	15	9º
		Centro Social Stª Mª Sardoura	Castelo de Paiva	2	1	20	10º prof
	DICAD/V. REAL	AE Mondim de Basto	Mondim de Basto	2	1	20	7º
	CENTRAL	AE Eugénio de Andrade	Porto	1	1	21	5º
				1	1	5	6º (surdos)
		AE Pêro Vaz de Caminha	Porto	1	3	10	Grupo 5º, 6º, 8º
		AE António Nobre	Porto	10	Ainda a iniciar		
		AE Areosa	Porto	9	1	18	6º
					2	39	7º
		2	40	8º			
	EB Nicolau Nasoni	Porto	1	1	19	7º	
	BRAGANÇA	Esc. Profissional Agricultura	Mirandela	4	1	19	10º
					1	9	10º
		Esc. Profissional Música	Mirandela	2	1	24	12º
	2021				42	28	490

TOTAL 2020/21	15 instituições	7 concelhos	48 aplicadores	34 turmas	601 jovens	2º, 3º ciclos e secundário
----------------------	------------------------	--------------------	-----------------------	------------------	-------------------	-----------------------------------

Relativamente ao processo de implementação da narrativa 10, os aplicadores foram unânimes na avaliação muito positiva do programa, valorizando a sua flexibilidade e potenciador de espaços de partilha e aprendizagem. Da apreciação subjetiva dos aplicadores que implementaram a Narrativa COVID-19, destacamos:

“Programa Eu e os Outros em si, que considero muito interessante, flexível, bem elaborado e facilitador na abordagem das várias temáticas, mais variadas do que inicialmente presumi “.

“Gostei de conhecer e implementar o Programa Eu e os Outros. Achei o grupo/turma muito participativo e pertinente, foram abordados e consolidados vários temas. O programa é flexível, aberto, variado, por vezes inesperado e potencia um espaço de liberdade protegido, onde se conversa e analisa várias temáticas e se ouvem/conhecem os alunos”.

“Os trabalhos foram apresentados pelos alunos e discutidos em grande grupo. Permitiu que os alunos se identificassem com as razões apresentadas pelas diferentes personagens e, com isso, abordassem as suas dificuldades.”

“As estratégias apresentadas pelas personagens como forma de sair do mal-estar vivido como consequência do confinamento, foram muito bem acolhidas pelos alunos.”

“O programa permitiu ainda, discutir a importância da partilha das nossas dificuldades, o que nos impede de partilhar com os outros, o que podemos ganhar com a partilha. O feedback dos professores que assistiram foi, também, muito positivo “.

“Todos, demonstraram sempre, ao longo das sessões, um entusiasmo contagiante participando ativamente envolvendo-se nas atividades”.

Região Centro

A intervenção na Região Centro ao longo do último ano foi muito reduzida. Estes foram os contextos onde a Narrativa COVID-19 foi implementada, em 2020:

- **CRI Leiria: 30 crianças** do Projeto Redes na Quint@ - Programa Escolhas
- **CRI Castelo Branco: 13 alunos** do Curso Técnico Auxiliar de Saúde da escola secundária Campos Melo.

Prevê-se o início de novas aplicações a partir de maio de 2021, nomeadamente a implementação a um grupo de alunos do 5º ano, do Agrupamento de Escolas da Batalha.

Região de Lisboa e Vale do Tejo

No que concerne à DICAD da ARSLVT a divulgação da Narrativa COVID-19 foi feita em diversos fóruns:

- Agrupamentos de Escolas por via da Direção e da/do Professora/Professor PES
- ACES - Saúde Escolar
- Fóruns multi-institucionais - 2 eventos
- Reunião na Plataforma da Saúde nas Escolas da CM Cascais - 30 participantes;
- Webinar online, promovido pela Plataforma da Saúde da CM Cascais “A diversidade e complementaridade das Intervenções em Comportamentos Aditivos e Dependências” - 15 participantes;

- **Implementação na Região de Lisboa e Vale do Tejo**

No âmbito das Oficinas de Formação Regionais, 012 e 013/SICAD/2020, estão a decorrer as seguintes aplicações:

- Escola Artística António Arroio, 2 grupos, cada um com 10 alunos, 5 aplicadores (2 professores, 1 estagiário de psicologia, 2 psicólogas. A aplicação a decorrer até junho;
- Escola Pedro Chora do Agrupamento de Escolas Artur Gonçalves em Torres Novas, turma de 7º ano, 24 alunos, 2 aplicadoras. Aplicação presencial iniciou em finais de maio;
- CLDS 4G Torres Novas, grupo constituído por vários alunos do 2º ciclo, no total 8 jovens (fazem parte do grupo de "apoio ao estudo"), 2 aplicadoras, inicialmente online, finais de maio passou para presencial;
- Intervenção Grupo Lumiar Eu e os Outros 2019/2021 – ação não creditada, com 20h de formação teórica inicial, a 12 elementos (7 do CAF Telheiras e 5 do CAF Lumiar) - Não foi possível às duas entidades fazer a implementação prática do EU&Outros devido à pandemia. No entanto, e com a elaboração da narrativa COVID, o CAF do Lumiar organizou-se para fazer a implementação desta Narrativa em 2021 junto de um grupo de 8 jovens, o grupo decidiu trabalhar a narrativa da personagem Emanuel e permitiu assim a um dos formandos completar a formação iniciada - terminou a aplicação em maio 2021;
- EB 2,3 Alto do Lumiar 2020/2021- Implementação da narrativa COVID, junto de uma turma de 6.º ano, 20 alunos, em que após exploração dos personagens, a turma escolheu trabalhar a Narrativa da personagem “João Patas” (ainda está a decorrer);
- Intervenção Projeto Fazer a Ponte - Ação creditada “Eu&Outros” Oficina de Formação - 11 formandos envolvidos;
- Para além das 54 horas da oficina de formação, realizou-se uma ação formativa de 2 horas ao grupo no âmbito das novas Narrativas COVID-19 para 10 formandos;

Um dos grupos/turma, na sequência da sessão, o aplicador que tinha iniciado a história 4, optou por transitar para narrativa COVID, versão João – formato presencial e online - 7 alunos de turma PCA.

- O Projeto “Fazer a Ponte” aplicou ainda a narrativa COVID, formato presencial, a 3 turmas de 6º ano, num total de 60 alunos (2 turmas jogaram personagem João e personagem Emanuel 1 turma);
- Escola Secundária Fonseca Benevides - 3 aplicadores, 3 turmas (1 turma presencial, 2 turmas de ensino à distância de 5.º ano). Com a implementação do programa foram realizadas duas sessões para pais / encarregados de educação e, em maio de 2020, foi lançado o desafio para os pais jogarem a história “Eu enfrento a COVID com os outros” – tendo-se realizado sessão online para feedback da experiência no dia 24/06/2020 – com a presença de quatro pais / encarregados de educação e três docentes.
Ação de curta duração (6H – 2 sessões de 3h) – foi especificamente dirigida às Narrativa COVID - envolveu 2 entidades (Esc. Sec. Pedro Nunes – Lisboa e Escola Metropolitana de Lisboa – realizou-se a ação junto de 2 grupos, totalizando 21 formandos. A intervenção ainda está a decorrer e alguns dos formandos está ainda a aplicar a Narrativa;

Relativamente à avaliação de satisfação das ações formativas, os formandos responderam na sua maioria 4,3 (entre boa e muito boa), considerando uma escala global de 1 – muito má a 5 – muito boa.

Como aspetos positivos da ação destacaram:

- *Trabalho colaborativo;*
- *A possibilidade de aplicação em aula; A forma de jogo é interessante para os alunos; A reflexão sobre a circunstância de pandemia;*
- *A atualidade e pertinência do tema; Outras formas / atividades para abordar o tema da sexualidade;*
- *Uma abordagem diferente de iniciar determinados temas, através de uma atividade lúdica falamos de assuntos muito sérios e pertinentes;*
- *Simulação da aplicação da estratégia permite interiorizar melhor o seu funcionamento;*
- *Novos conhecimentos, interesse da temática, mais valia para alunos;*
- *Oportunidade do tema/ação; disponibilidade dos formadores para acompanhamento futuro;*

Como aspetos a melhorar da ação destacaram:

- *O enquadramento teórico não foi bem preparado;*
- *Compreendo que uma formação de curta duração tenha, mesmo assim, um determinado número de horas, mas duas horas e qualquer coisa após um dia de aulas, ficou pesado para mim;*
- *Não é propriamente uma crítica, mas um desabafo: as ações on-line acabam por prejudicar, sem sombra de dúvida, a comunicação;*
- *A ação deveria ter maior duração, para maior esclarecimento da atividade. Há sempre dúvidas que surgem;*
- *Os documentos de apoio serem menos descritivos e mais por tópicos pois ajuda na consulta no desenrolar do processo;*
- *Integrar um pouco mais a componente de Educação Sexual (Afetos); talvez para o 7.º ano seja um pouco precoce abordar as questões de drogas e álcool;*
- *Qualidade da formação online síncrona, gestão da formação por parte dos formandos, timing da formação face à pandemia;*
- *Consolidação dos suportes informáticos.*

Na sequência da ação formativa, dos 21 formandos iniciais – 9 avançaram para a aplicação, 2 não avançaram e os restantes 10 estão a realizar e/ou aguardaram pelas aulas presenciais (pedimos aos aplicadores para preencherem um questionário pós aplicação para darem feedback – ainda nem todos responderam por estarem a aplicar):

- **Dos 9 que já terminaram a aplicação, abrangeram um total de 327 alunos – (7.º ano – 140 alunos – foi uma professora que aplicou a todas as turmas de 7.º ano em Formação Cívica; 8.º ano – 48 alunos; 9.º ano – 57 alunos; 10.º ano – 54 alunos; 11.º ano – 28 alunos) – há experiência com as 3 versões da narrativa.**

SICAD

Também o SICAD, no decurso do último ano, contribuiu para a difusão da nova narrativa COVID-19 através dos contextos de intervenção que coordena diretamente, nomeadamente a intervenção no Concelho de Odivelas e nas Instituições de Ensino Militar não Profissional. Em síntese, a nova narrativa

foi implementada em 5 instituições, três no primeiro contexto e duas no segundo, envolvendo 31 aplicadores (6+25), que abrangeram 320 jovens (70+259) de idades muito diversas, entre os 12 e os 18 anos.

A experiência de intervenção foi considerada muito positiva, tendo sido desenvolvida quer presencialmente quer através da aplicação à distância com recurso ao suporte de plataformas telemáticas. Em relação à metodologia de aplicação as opiniões dividiram-se. Para alguns aplicadores os jovens se sentiriam mais à-vontade para partilharem as suas experiências, sobretudo os mais inibidos; outros reportaram que a aplicação à distância garantia uma maior ordem na participação do grupo; outros ainda consideraram que a aplicação à distância retirou alguma espontaneidade na participação dos jovens. Contudo, houve acordo de que a aplicação à distância se revelou eficaz e geradora de momentos muito ricos de partilha e reflexão.

Em termos de estrutura foi muito valorizada a possibilidade de escolha entre diferentes personagens, facto que proporcionou, numa fase inicial, uma discussão interessante sobre o ângulo pelo qual o grupo gostaria de viver a narrativa. Considerando-se que a diversidade oferecida pelas três personagens em jogo, viabilizou uma melhor identificação por parte dos jogadores e maior curiosidade, que para alguns jovens se traduziu num trabalho complementar desenvolvido em casa com os pais, a partir da exploração em família das versões não trabalhadas em sala de aula.

Finalmente, em termos de conteúdos, houve unanimidade sobre a pertinência dos temas que proporcionaram um excelente pretexto para a partilha de experiências e sentimentos, sentidos pelos aplicadores como muito importantes para os seus alunos. Verificou-se um bom nível de informação que ganhou outro significado quando aplicada num enredo que lhes era próximo.

Dados Integrados

Integrando as intervenções desenvolvidas nas diferentes regiões, o quadro que se segue proporciona uma noção da intervenção continuada, desenvolvida com a narrativa COVID:

	Instituições	Aplicadores	Grupos	Jovens
Norte	15	48	34	601
Centro	2	2	2	43
Lisboa e Vale do Tejo	7	42	24	457
SICAD	5	31	13	320
TOTAL	29	123		1.430

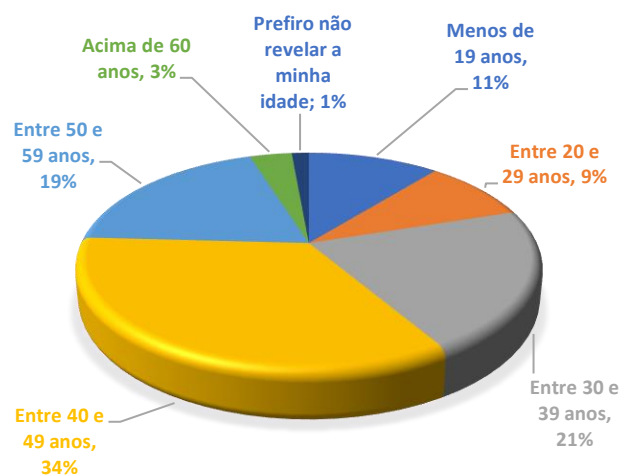
Ao todo formam dinamizados num formato de multissessões, 1.430 jovens distribuídos por 29 instituições distribuídas por três regiões do país, dinamizados por 123 aplicadores formados para o efeito.

5. AVALIAÇÃO

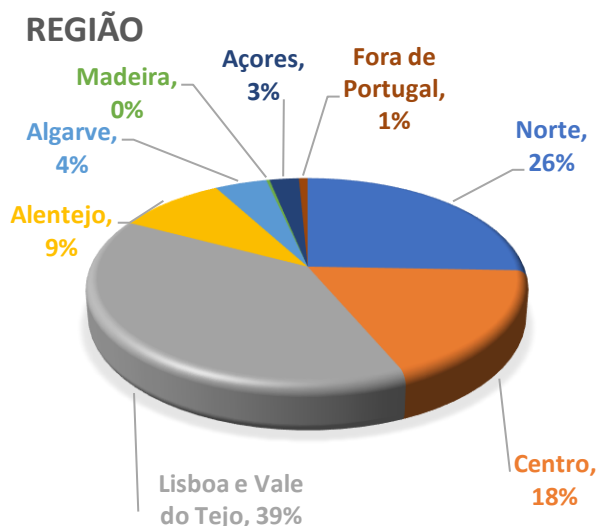
Procedeu-se à análise das respostas recebidas por parte de todos os utilizadores que fizeram o download na nova narrativa do E&O, dedicada à COVID-19. Assim, foram recolhidas 1.838 respostas válidas ao questionário de acesso à narrativa. A análise destes dados proporcionou a seguinte perspetiva:

Do ponto de vista da **Idade** predominam utilizadores na faixa etária dos 40 anos (34%) seguidos pelos que se enquadram nos intervalos imediatamente abaixo - entre os 30 e os 39 anos (21%) – e acima entre os 50 e os 59 (19%).

Em relação ao **Sexo**, predominam respondentes femininas (80%) por contraste com os utilizadores masculinos (19%).



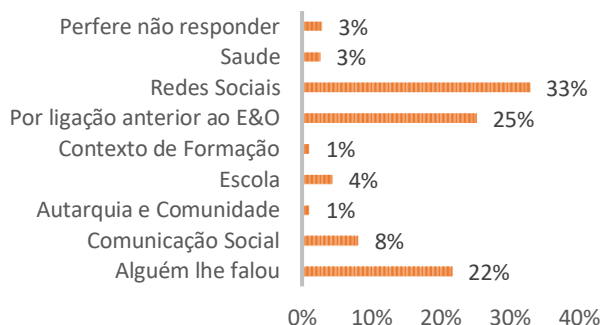
IDADE DOS RESPONDENTES



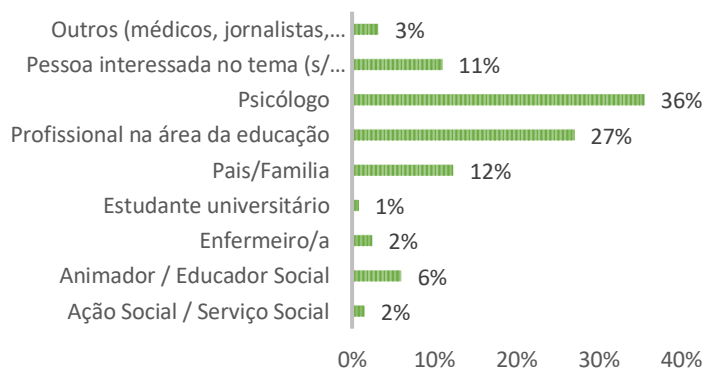
Uma parte significativa dos respondentes são da região de Lisboa e Vale do Tejo (39%). Segue-se em termos de representatividade a região Norte (26%) e a região Centro (18%). Esta realidade está muito associada ao facto das equipas de prevenção destas regiões terem integrado esta narrativa no seu trabalho com as instituições com quem já tinham uma relação prévia. De realçar que, ainda que de uma forma muito reduzida, se verificou o interesse por parte de pessoas de fora de Portugal.

Questionados sobre o modo como tomaram conhecimento do novo recurso, as Redes Sociais e sites institucionais (33%) foram os canais mais eficazes, seguido da passagem de informação entre profissionais com ligação prévia ao Programa (25%) e a transmissão informal de informação através de alguém conhecido (22%). De valorizar o papel da comunicação social na divulgação do recurso (8%).

COMO TOMOU CONHECIMENTO?



EM QUE PAPEL UTILIZARÁ O RECURSO?

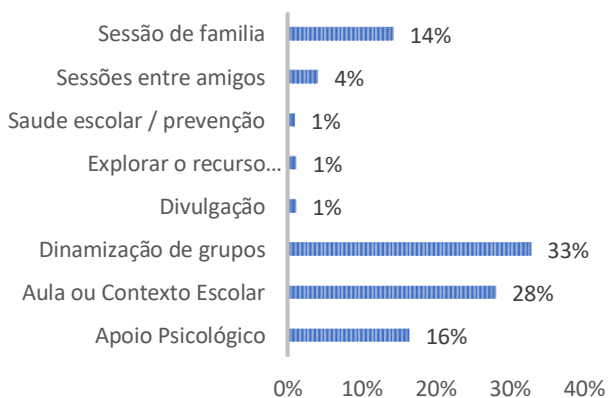


Instados a definir o papel em que farão uso do novo recurso, os respondentes identificaram-se maioritariamente enquanto psicólogos (36%) e profissionais na área da educação (27%). Outros respondentes assumiram-se como pais ou pessoas interessadas no tema, (12% e 11% respetivamente). Entre os restantes destacam-se os interventores comunitários (8%), os profissionais de saúde (5%) e os universitários (1%).

Por fim, a última pergunta do questionário foi direcionada para qual o contexto em que se antecipava vir a utilizar o novo recurso.

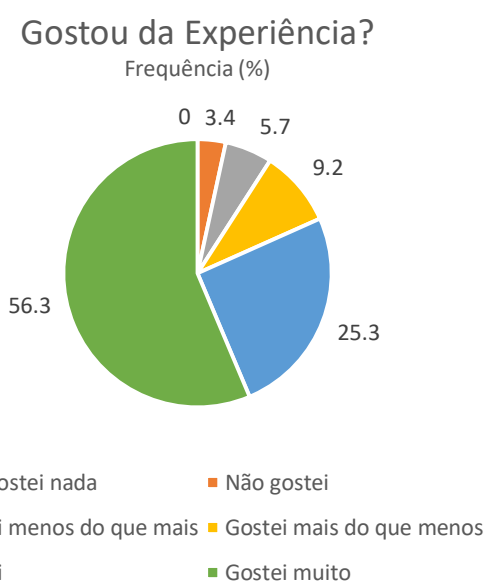
O Contexto percecionado como mais provável foi o de dinamização de grupos (33%) ou de intervenção em contexto escolar (28%), destacando-se ainda o contexto de intervenção psicológica (16%) e o contexto familiar (14%), duas realidades menos frequentes no modo como o Programa é normalmente implementado. É interessante perceber que alguns dos respondentes, assumiram que fariam uma utilização do recurso sobretudo numa perspetiva de divulgação, junto a outros profissionais ou famílias.

EM QUE CONTEXTO USOU O RECURSO?



- **Avaliação da experiência – grupo de pessoas que fizeram download da narrativa**

Para além da caracterização das pessoas que fizeram download quisemos igualmente recolher informação sobre a experiência proporcionada pela narrativa aos seus utilizadores. Num primeiro momento foi construído um questionário de 11 perguntas, as quais se dividiam entre a avaliação da satisfação e a avaliação do recurso. Este questionário estava integrado na narrativa, sendo solicitado aos utilizadores da mesma, que no final da experiência dessem a sua opinião sobre a experiência. No total, foram reunidas 87 respostas que correspondem a 5% das pessoas que baixaram este recurso. Maioritariamente os respondentes, exploraram a narrativa em contexto escolar (68%), tendo a mesma sido experimentada em menor escala, em família (14%), em contexto de apoio psicológico (6%) e em contexto de grupo (6%). Foram os seguintes resultados:

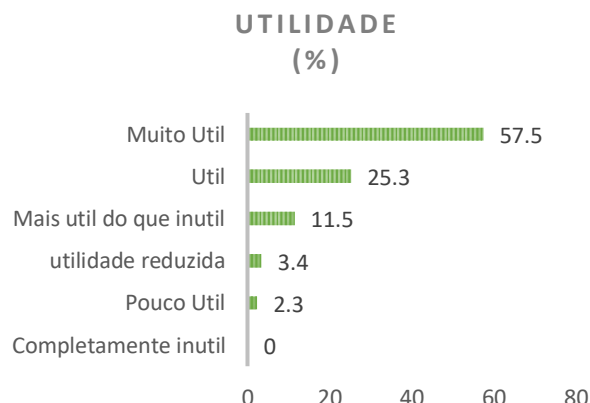
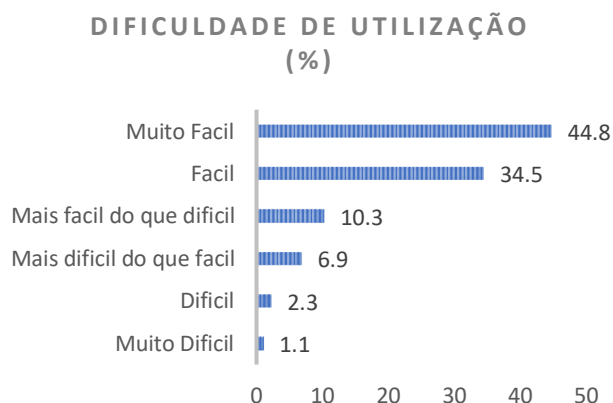


Instados a responder sobre se tinham **gostado da experiência**, a maioria declarou ter gostado muito (56,3%), tendo 90,8% considerado que a experiência foi positiva.

Uma igual percentagem considerou que os temas eram de fácil **compreensão** (91%), com a maioria (54%) a considerarem a acessibilidade dos temas num plano muito bom.

No plano das **aprendizagens**, de novo (85%) consideraram que a experiência proporcionou a aquisição de conhecimentos, avaliados positivamente por 32% dos respondentes e muito positivamente por 27% dos mesmos.

Questionados sobre se **repetiram a experiência** com uma nova narrativa, 79,3% dos inquiridos respondeu afirmativamente, enquanto 13,8% expressaram dúvida e apenas 6,9% respondeu negativamente. Por fim, apenas, 1,1% não recomendaria a experiência a outras pessoas, sendo que 17,2% expressaram dúvida e 82% dos respondentes afirmaram que a recomendariam.



Por fim, questionados sobre o grau de dificuldade sentida na exploração da narrativa e a utilidade dos conteúdos explorados, os resultados apontam para uma predominância de sentimentos positivos em relação à utilização do recurso, considerando-o de fácil ou muito fácil exploração. Do mesmo modo, os temas abordados foram maioritariamente considerados de grande utilidade, sendo residuais os respondentes que os consideraram de menor utilidade.

De realçar que a modalidade de questionário utilizada não nos permite saber se estas respostas são individuais ou de um coletivo de pessoas, uma vez que as mesmas podem ter sido dadas pelas turmas no final da exploração e, conseqüentemente, traduzirem a opinião não apenas do aplicador mas igualmente de toda a turma ou grupo com quem a intervenção se desenvolveu.

- **Avaliação da experiência – grupo de pessoas que solicitaram o manual**

Na sequência dos dados anteriormente apresentados, a coordenação do Programa Eu e os Outros, considerou que seria importante, recolher uma visão de um grupo mais homogéneo, remetendo para tal, a todos os utilizadores que solicitaram o Manual de Apoio ao aplicador, um novo questionário de avaliação da experiência desenvolvida com a Narrativa dedicada à COVID-19.

Deste modo, foram enviados 212 convites, aos quais se obteve 41 respostas, numa taxa de adesão de 19%. Entre o grupo de respondentes predominou o grupo profissional dos psicólogos (44%), seguido dos professores (29%) e dos animadores/educadores sociais (15%). Os respondentes situaram-se maioritariamente entre os 40 e os 59 anos (68%), preponderando o género feminino (83%).

Dos 41 respondentes, um número significativo (43%) não utilizou o recurso, por falta de tempo (39%), condições físicas ou humanas (22%), ou porque o recurso não se ajustava à população com quem trabalhavam (22%).

Dos 23 respondentes que desenvolveram intervenção com base no recurso, 65% foi concretizado em sala de aula, verificando-se em menor escala a utilização da narrativa em contexto terapêutico (13%) ou de animação de grupos (13%). O recurso foi maioritariamente utilizado com o objetivo de desenvolver competências socioemocionais (52%) ou para explorar sentimentos ou vivências ligadas à situação pandémica (35%). Ao longo dos últimos 12 meses estes 23 profissionais abrangeram 790 jovens e divulgaram o recurso a outros colegas, referindo terem conhecimento de que pelo 89 deles o terão aplicado com jovens com quem trabalham.

Instados a pronunciarem-se sobre a utilidade do recurso, 95% avaliaram positivamente (35%) ou muito positivamente (60%). A estratégia de abordar narrativamente a prevenção foi considerada muito boa pela maioria dos respondentes (52%), tendo os restantes avaliado como boa. O grau de dificuldade de utilização da narrativa considerada baixa ou muito baixa por 83% dos respondentes, verificando-se que apenas 8% avaliaram a dificuldade de utilização da narrativa de forma negativa. A utilidade do Manual de apoio à implementação do programa foi avaliada positivamente ou muito positivamente por 96% dos respondentes. Todos os inquiridos, assumiram que recomendariam a narrativa a terceiros, sendo que 74% assumiram que o fariam como muito provável.

Algumas apreciações qualitativas foram deixadas por alguns dos respondentes que passamos a partilhar:

- *Experiência enriquecedora no ensino presencial e à distância.*
- *Foi muito interessante a aplicação da narrativa em formato on-line. Sugiro, no entanto, a adaptação do manual com apresentação de dinâmicas de grupo para formato on-line.*
- *Foi uma mais valia.*
- *Excelente metodologia.*
- *É uma ferramenta extraordinária para abordar uma temática com a qual nem sempre é fácil captar a atenção dos jovens.*
- *A experiência de aplicação desta narrativa em contexto de ensino à distância condiciona muito o impacto da atividade junto dos alunos. Devem ser elaboradas e melhoradas propostas de atividades que se adequem mais às características deste tipo de ensino.*
- *É mais uma excelente iniciativa!*

6. CONCLUSÕES

O contexto pandémico vivenciado no último ano, no mundo inteiro, fez emergir sentimentos, reações e formas de estar muito particulares. Os impactos desta situação atingiram, ainda que de formas diferentes, pessoas de várias faixas etárias de todas as condições socioeconómicas e culturais. Muitos jovens foram privados de participar nas atividades típicas desta idade, incluindo a participação em festas, desportos, concertos ou saídas com amigos.

Estados emocionais como a tristeza, a revolta, a frustração ou a zanga são naturais. O desafio de adaptação à nova realidade, envolveu a procura de alternativas quer para os processos de sociabilização, quer como fontes de prazer e de ocupação dos tempos livres.

Algumas destas alternativas envolveram o agudizar de comportamentos de risco de que os comportamentos aditivos são um exemplo, nomeadamente ao nível do jogo online (com ou sem aposta), o consumo de substâncias e o uso problemático da internet.

Face às limitações impostas ao trabalho presencial, a abordagem preventiva viu-se obrigada a reinventar-se, ajustando-se a uma intervenção à distância, sem perder o carácter interativo e adaptar os conteúdos abordados à realidade de novos padrões comportamentais.

A criação da Narrativa COVID-19 com a ramificação em quatro versões trouxe a possibilidade de abordar, jogando, um tema real e transversal, percecionado de diversas formas, por diferentes faixas etárias, género e contextos, permitindo a informação fidedigna de vários temas significativos nesta fase.

Assim, pode-se concluir que a Narrativa 10 – “Eu enfrento a COVID-19 com os outros – Não sejas tu o vírus” permitiu:

- encontrar uma metodologia preventiva alternativa, numa fase difícil em que os contextos de intervenção foram postos em causa;

- a reinvenção do conceito preventivo baseado no recurso à narrativa interativa, com o desenvolvimento de novos formatos -narrativa em estrela – em que o enredo se desdobre em múltiplas visões da mesma realidade;
- o desenvolvimento e a aprendizagem de novas estratégias/técnicas pedagógicas e dinâmicas de grupo para trabalhar digitalmente, à distância, com base num suporte telemático;
- o ajustamento do recurso a vários contextos: escolar, tempos livres, lares de acolhimento, terapêutico e familiar;
- o ajustamento a diferentes interesses e tipos de públicos;
- lançar desafios, propostas de atividades e elementos indutores de pesquisa e reflexão, acrescentando utilidade à componente lúdica da metodologia;
- aprofundar e consolidar conhecimentos sobre a COVID-19, enquadrando-os, num enredo que lhes era familiar e, conseqüentemente, mais fácil de integrar;
- ajudar a compreender a função dos comportamentos aditivos em momentos críticos em que a ansiedade e o medo ganham uma dimensão para a qual nem sempre há recursos;
- a abordagem de vários temas pertinentes na vida dos jovens, a partir de um mote comum, com o qual todos se identificaram, facilitando a expressão de emoções com pouco espaço para serem metabolizadas;
- integrar temáticas transversais ao processo de desenvolvimento que constitui a adolescência cruzando-as com os comportamentos aditivos e a pandemia;
- O aumento da literacia em saúde, e nos CAD desenvolvendo o conhecimento sobre os recursos existentes na área e como os utilizar;

Em suma, consideramos que todo o esforço desenvolvido produziu resultados muito positivos que vão do plano metodológico, ao plano dos conteúdos abordados, à abrangência atingida e à adesão verificada.

No plano metodológico, a pandemia proporcionou a renovação do programa formativo ajustando-o a modalidades e-learning, com componentes síncronas e assíncronas, que mantiveram o essencial da filosofia de aprendizagem pela prática que sempre orientou este Programa.

No plano dos conteúdos, foi de enorme importância o feedback que foi sendo recebido a partir dos utilizadores das versões que foram sendo lançadas, feedback este que foi proporcionando a informação necessária e o levantamento de temas que se traduziu na produção de novas linhas de abordagem às vivências resultantes da pandemia. Consideramos que este foi dos pontos mais valorizado da avaliação quantitativa e qualitativa desenvolvida junto aos aplicadores, uma vez que foi a identificação com a realidade que contribuiu para a enorme adesão de jovens e técnicos a este recurso.

Finalmente, no plano do alcance da iniciativa, a opção estratégica de abrir o recurso ao público complementado pela divulgação massiva através das redes sociais, e da mobilização de parceiros revelou-se muito positiva, traduzida nos 1.838 downloads da narrativa, que apenas servem de referência para um cálculo de abrangência. Tendo por base os dados dos inquéritos aplicados à amostra dos utilizadores que, para além do download da narrativa, solicitaram igualmente o envio do manual de apoio à aplicação, poderemos esperar que cada utilizador, em média, a tenha partilhado com três a

quatro pessoas, o que estimaria a abrangência da iniciativa num número superior a 6.000 pessoas. Assumindo que grande parte destes interessados são profissionais na área da saúde, educação e ação social, o valor anteriormente referido deverá ser multiplicado pelo número de jovens com os quais trabalham. No anteriormente referido inquérito à amostra dos aplicadores que solicitaram o manual, a percentagem dos requerentes que utilizaram a narrativa nos seus contextos profissionais foi de 56% sendo que em média, cada utilizador abrangeu cerca de 34 jovens. Usando estes valores como referência para estimar o número de jovens abrangidos, poder-se-á supor que a intervenção possa ter chegado a mais de cem mil jovens¹.

Naturalmente, estes valores não passam de estimativas que dificilmente podem ser confirmadas, mas independentemente disso, proporcionam uma noção da ordem de grandeza do trabalho desenvolvido, numa fase crítica da nossa sociedade, marcada pela enorme limitação no contacto presencial, uma profunda insegurança quanto a capacidade de gestão de necessidades e recursos e, sobretudo, pelo sentimento de impotência e desamparo.

Queremos acreditar que em tempos de grande solidão, tal como no passado, as histórias continuam a ser importantes fontes de saúde mental, contadas a quem as quer ouvir, servindo de pretexto para conversas, curtas ou longas, em busca de uma moral ou de um ensinamento que nos guie na incerteza.

Queremos acreditar que, de acordo com os estudos neurocientíficos de Paul Zak (2015), e de Shanahan (2014) o impacto das narrativas, ao incrementar os níveis de oxitocina no cérebro, proporciona um maior nível de empatia, que induz uma maior probabilidade de comportamentos pró-sociais como o respeito, a confiança e o reforço dos vínculos. A abertura a novas ideias, associada ao incremento da literacia em saúde, e à exploração partilhada de novos interesses e alternativas de prazer, poderão proporcionar bases de resiliência na vivência da realidade pandémica à qual todos fomos expostos.

Terminamos este relatório com as palavras de Boris Cyrulnik (1999).

“Todas as tristezas são suportáveis se fizermos delas uma história”.

7. Referências:

Boris Cyrulnik (1999). Uma maravilhosa Infelicidade, Editora Âmbar, Lisboa

Paul Zak (2015). Why inspiring stories make us react: the neuroscience of narrative. *Cerebrum: the Dana forum on brain science*, 2

Elizabeth Shanahan (2014). The blame game: narrative persuasiveness of the intentional causal mechanism in Michael Jones, Elizabeth Shanahan and Mark McBeth (2014) *The Science of Stories*, Palgrave Macmillan, New York

¹ Assumindo que mais de 6.000 pessoas tiveram contacto com a narrativa e que destas apenas 56% utilizou a narrativa com grupos de jovens a seu cargo, num número médio de 34 jovens por aplicador, a estimativa apontaria para um valor na ordem dos 114,240 jovens abrangidos