LINHAS ORIENTADORAS DO PROGRAMA EU E OS OUTROS

DEZEMBRO 2016

Ficha Técnica

Título: LINHAS ORIENTADORAS DO PROGRAMA EU E OS OUTROS

Autor: Raúl Melo, Joana Leonardo e Angelina Roque (SICAD), Inês Abraão (DICAD/ARS Norte), Cristina Buco (DICAD/ARS Centro), Carla Frazão (ARS Lisboa e Vale do Tejo), Paulo Jesus (ARS Alentejo), Margarida Pinto (ARS Algarve)

Composição Gráfica: Filipa Cunha (SICAD)

Editor: Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

Morada: Alameda das Linhas de Torres, n.º 117 - Edifício D. Carlos I - 2.º andar. 1750 147 Lisboa

Edição: dezembro 2016

Esta informação está disponível no sítio *web* do Serviço de Intervenção nos Comportamentos e nas Dependências, http://www.sicad.pt

LINHAS ORIENTADORAS DO PROGRAMA EU E OS OUTROS

Raúl Melo, Joana Leonardo e Angelina Roque (SICAD), Inês Abraão (DICAD/ARS Norte), Cristina Buco (DICAD/ARS Centro), Carla Frazão (ARS Lisboa e Vale do Tejo), Paulo Jesus (ARS Alentejo), Margarida Pinto (ARS Algarve)

Dezembro 2016

ÍNDICE

LISTA DE SIGLAS **7**

INTRODUÇÃO **8**

1. ARTICULAÇÃO **10**

1.1. Coordenação Nacional 10

1.2. Coordenação Regional 11

1.3. Coordenação Local 12

1.4. Parcerias 12

a. Parceiros nacionais 12

b. Parceiros Locais 13

c. Parceria Internacional 13

2. MATERIAIS **14**

3. IMPLEMENTAÇÃO **16**

3.1. Instituições 16

3.2. Os Aplicadores (Mestres de Jogo) 17

3.3. Grupos-alvos 17

3.4. Contexto de aplicação 19

3.5. Gestão do tempo 19

3.6. Conteúdos 22

4. ACOMPANHAMENTO AO PROGRAMA (COMPONENTE TÉCNICA) **23**

4.1. Os Técnicos de Suporte 23

4.2. Divulgação 23

4.3. Suporte Técnico 25

5. PROCESSO FORMATIVO **29**

5.1. Formação da Equipa Técnica de Suporte 30

5.2. Projeto formativo dos aplicadores 30

5.3. Articulações no âmbito do Projeto Formativo 43

6. PROCESSO DE AVALIAÇÃO **44**

7. PRODUÇÃO CIENTÍFICA **52**

8. CIRCUITOS DE COMUNICAÇÃO **53**

9. POSFÁCIO 54

10. LISTA DE ANEXOS 55

ANEXO A - Compromisso de Participação 57

ANEXO B - Fichas de Avaliação de Processo 60

B.1. Ficha de identificação do técnico/formador 60

B.2. Ficha de inscrição do aplicador/formando 63

B.3. Ficha de caracterização do grupo 66

ANEXO C - Fichas de Avaliação de Acompanhamento 68

C.1. Ficha de Planeamento 68

C.2. Ficha de Sessão – planeamento e avaliação 70

C.3. Questionário de pós-formação 72

ANEXO D - Questionários de Avaliação de Resultados 75

D.1. Junto aos jogadores 75

D.1.1. Versão transversal às histórias 1, 4, 5, 6, 7 e 9 (todas as substâncias) 75

D.1.2. Versão história 2 (Cannabis) 80

D.1.3. Versão história 4 (Dependências sem Substância) 86

D.1.4. Versão história 8 (Álcool) 92

D.2. Junto aos aplicadores 98

D.2.1. Prevenção dos Problemas ligados ao Consumo de Substâncias Psicoativas 98

D.2.2. Prevenção dos Problemas ligados ao Álcool 104

ANEXO E - Quadro de recolha de dados para monitorização 111

LISTA DE SIGLAS

ANSR - Autoridade Nacional para a Segurança Rodoviária

ARS, I.P. - Administrações Regionais de Saúde, I.P.

CAD - Comportamentos Aditivos e Dependências

CCPFC - Conselho Científico Pedagógico de Formação Contínua

CEF - Cursos de Educação Formação

CIG – Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género

CRI - Centros de Resposta Integrada

DEI - Divisão de Estatística e Investigação

DGE – Direção Geral da Educação

DGS – Direção Geral da Saúde

DICAD – Divisões de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

DTP – Dossier Técnico-Pedagógico

FC / FNC – Formação Creditada / Formação Não Creditada

IPDJ - Instituto Português do Desporto e Juventude

ME - Ministério da Educação

PIEF - Programas Integrados de Educação e Formação

PORI - Programa Operacional de Respostas Integradas

PRI - Programas de Respostas Integradas

PSP – Polícia de Segurança Pública

SICAD – Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

TIC – Tecnologias de Informação e Comunicação

UIL – Unidades de Intervenção Local

VOC – Cursos Vocacionais

INTRODUÇÃO

Embora a ciência preventiva[1] seja presentemente reconhecida como tal, foi longo o trajeto do pensamento preventivo ao longo da história. Da evocação da proteção divina, ou da condenação moral dos comportamentos de risco, ao desenvolvimento de programas de intervenção continuada baseados em evidência científica, vai toda uma mudança de pensamento que acompanha a progressiva consciencialização dos fatores envolvidos nas múltiplas áreas da saúde e do bem-estar. Acompanhando a evolução do pensamento matemático e o seu contributo para a emergência da epidemiologia, foi possível, primeiro estudar a associação entre a presença de um determinado agente patogénico e o desenvolvimento de uma doença bem como, avaliar a eficácia das intervenções em função das mudanças proporcionadas. A identificação dos fatores envolvidos no desenvolvimento de um determinado estado ou doença, proporcionou a progressiva estruturação de modelos explicativos dessa realidade permitindo que as respostas preventivas incidissem especificamente sobre os desencadeantes, inibindo a sua presença ou fortalecendo o individuo e a comunidade para fazer face aos mesmos.

A ciência preventiva proporcionou igualmente a compreensão de que determinadas estratégias e componentes específicas contribuem de forma significativa para a eficácia dos programas por comparação com outras práticas dentro da abordagem preventiva. Tendo por base a recolha de provas científicas selecionadas em múltiplas meta-análises e o trabalho com peritos de diferentes países, entidades como o European Monitoring Centre on Drugs and Drug Addiction (EMCDDA) (Brotherhood, & Sumnall, 2011)[2], o United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC, 2013)[3] e a Universidade de Zurique, através do Projeto EQUS (Uchtenhagen,& Schaub, 2011) publicaram normas e padrões de qualidade facilitadores da construção de novas intervenções preventivas.

A existência de documentos orientadores e manuais de procedimentos é identificada nas publicações anteriormente referidas, como uma prática de excelência na intervenção preventiva. É sublinhada a importância de organizar os princípios que regem um programa de modo a que qualquer interessado possa compreender o que é necessário para a sua concretização. Tal é particularmente importante, sobretudo quando, em função do grau de complexidade do mesmo e multiplicidade de atores envolvidos, a fidelidade da sua replicação pode ser comprometida.

As Linhas Orientadoras do Programa Eu e os Outros têm por objetivo definir o modo como o mesmo deverá ser implementado aos mais diferentes níveis – internacional, nacional, regional e localmente -,

1 Weissberg, Kumpfer e Seligman, (2003) e Smith, Orleans e Jenkins (2004) aplicam esta expressão, referindo-se ao trajecto da prevenção, ao longo do qual evolui para uma leitura multidimensional dos problemas, para uma expansão de modelos, desenvolvimento de uma leitura e abordagem multidisciplinar, para o alargamento dos alvos da intervenção, a integração de novas tecnologias e sobretudo o reforço do investimento na investigação e na formação que consolidem novas abordagens.

2 United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC) (2013). *International standarts on drug use prevention*. Vienna, Austria

3 European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction, (2010). Prevention and evaluation resources kit (PERK). Luxembourg

procurando clarificar procedimentos, canais de comunicação, níveis de responsabilidade, estratégias, etc.

Tratando-se de um programa que prevê a capacitação de profissionais para a implementação do programa nas suas instituições, junto aos jovens à responsabilidade, este documento inclui a descrição do projeto formativo do Programa, desde a formação básica à de aprofundamento, a constituição da bolsa de formadores, dossier pedagógico e procedimentos de creditação da formação.

Do mesmo modo, é apresentado o protocolo de avaliação do programa, os instrumentos utilizados, os procedimentos recomendados para a aplicação dos mesmos garantindo o cumprimento das orientações da Comissão Nacional de Proteção de Dados no sentido da salvaguarda a qualidade dos dados (adequação, pertinência e dimensão das questões colocadas) e a admissibilidade do tratamento dos mesmos (licitude e respeito pelos princípios da transparência e de boa fé).[4]

Ambos os procedimentos referidos – capacitação de profissionais e avaliação de resultados e impacto – são considerados, igualmente, práticas de excelência para a eficácia e sustentabilidade de projetos preventivos de acordo com os standards anteriormente referidos

O presente documento foi construído com o envolvimento direto de representantes regionais, nomeados pelas Administrações Regionais de Saúde, I.P. (ARS,I.P.), nomeadamente no elencar dos conteúdos a abranger e no estruturar das orientações, procurando corresponder às diferentes realidades regionais no sentido de garantir a maior aplicabilidade possível das linhas agora traçadas. É encarado como um documento aberto, suscetível de reformulação em função da evolução do Programa e das necessidades identificadas ao longo do tempo.

[4] DELIBERAÇÃO Nº 227 /2007 da Comissão Nacional de Proteção de Dados

1. ARTICULAÇÃO

A implementação do Programa Eu e os Outros pressupõe a articulação entre diferentes interventores, cada um com o seu grau de responsabilidade no sucesso da estratégia.

1.1. Coordenação Nacional

Começamos por diferenciar o plano de **Coordenação Nacional**, da responsabilidade do SICAD, o qual envolve a produção e atualização dos materiais de suporte, a definição de linhas orientadoras, a monitorização do seu cumprimento, a recolha e tratamento de toda a informação referente à implementação do programa junto aos restantes parceiros e ainda a análise da eficácia da intervenção através da interpretação dos dados oriundos do processo de avaliação.

Cabe-lhe ainda a articulação nacional e internacional com outros parceiros, externos ou não à saúde, promovendo a integração do Programa na abordagem a problemáticas complementares, concorrendo para o objetivo de colocar a saúde em múltiplas políticas. A articulação com parceiros externos à saúde será sempre objeto de concertação com as estruturas regionais no sentido de definir a natureza da colaboração, definir a capacidade de resposta do terreno e alinhar procedimentos a adotar.

Outra das funções que a coordenação central assumirá será a de monitorizar a formação ministrada no âmbito do Programa, garantir a creditação da mesma junto ao Conselho Científico Pedagógico de Formação Contínua (CCPFC) do Ministério da Educação (ME). Deverá ser estabelecida uma estreita colaboração entre a estrutura do SICAD responsável pela área da formação e as diferentes ARS, I.P. para, através da bolsa de formadores do programa maioritariamente pertencentes a estas estruturas, corresponder às necessidades locais de formação de aplicadores. Os procedimentos de coordenação desta área serão definidos num ponto próprio dedicado à formação.

Será ainda da responsabilidade da coordenação central promover e acompanhar o desenvolvimento de linhas de investigação centradas sobre a implementação do programa, mediante a colaboração com o serviço do SICAD responsável pela área de estudos (Divisão de Estatística e Investigação).

Em situações em que no âmbito de processos de candidatura a financiamentos ao Programa Operacional de Respostas Integradas (PORI) as entidades candidatas apresentem a aplicação do Programa Eu e os Outros como estratégia para o atingir dos objetivos definidos em aviso de abertura, é responsabilidade do SICAD exigir às entidades um documento de declaração de parceria por parte das Unidades de Intervenção Local (UIL) da Divisão de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas

Dependências (DICAD) no qual fique explicita a existência de efetiva disponibilidade destas unidades para dar suporte técnico à implementação do mesmo. Caso não exista esta disponibilidade a Equipa de Instrução preliminar do SICAD deverá informar que não estão reunidas condições necessárias para a implementação do Programa no âmbito da candidatura.

A integração do Programa Eu e os Outros no âmbito de Programas de Respostas Integradas (PRI), deverá ter, por projeto, as seguintes condições:

- Aplicação do Programa apenas por parte dos técnicos do projeto financiado, em que as equipas de prevenção das UIL garantirão a formação teórica e o suporte técnico no processo de acompanhamento;
- Outras modalidades de implementação do Programa Eu e os Outros poderão ser ponderadas, mediante parecer prévio à candidatura por parte da coordenação regional e nacional, de acordo com a experiência prévia da entidade, as necessidades locais identificadas, os recursos disponíveis dos Centros de Resposta Integrada (CRI) das DICAD e a pertinência no âmbito da estratégia regional.[5]

1.2. Coordenação Regional

Igualmente essencial é o papel das **Divisões de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e Dependências das Administrações Regionais da Saúde (DICAD/ARS, I.P.)** parceiras diretas do SICAD, na produção, validação e difusão das linhas orientadoras. Cada ARS,I.P. deverá nomear um elemento que a represente no grupo alargado de coordenação, no seio do qual serão discutidos os assuntos que envolvam o desenvolvimento regional do programa. Cabe-lhes o enquadramento do programa nas suas estratégias específicas, determinando o grau de implementação e os recursos disponibilizados para o efeito, nomeadamente nos processos formativos. É da sua responsabilidade a recolha regional dos dados de implementação do programa e o seu fornecimento à coordenação central. É igualmente da sua responsabilidade o desenvolvimento de estudos e análises centradas sobre a sua região de acordo com as estratégias previamente definidas. Finalmente, caber-lhe-á a decisão sobre a implementação regional das parcerias nacionais alinhadas pela coordenação nacional, sendo para tal auscultadas, sempre que novas linhas de ação sejam perspetivadas ao nível do desenvolvimento do programa no âmbito da intervenção de outros parceiros externos à saúde.

É ainda responsabilidade das DICAD das ARS, I.P. aquando da elaboração de parecer de processo de seleção no âmbito do Programa Operacional de Respostas Integradas (PORI) confirmar que as entidades candidatas articularam previamente com os CRI para a aplicação do Programa Eu e os Outros e que apresentem a declaração de compromisso com a UIL da DICAD respetiva que salvaguarde previamente o exigido acompanhamento técnico do programa.

[5] Será produzido, no âmbito do PORI, um documento orientador para as comissões de instrução preliminar e de seleção de projetos bem como para os técnicos de acompanhamento de projetos, clarificando as condições de integração do Programa Eu e os Outros no âmbito de um PRI.

1.3. Coordenação Local

Um terceiro plano de envolvimento no programa tem lugar a nível local e diz respeito aos **Centros de Resposta Integrada (CRI) / Unidades de Intervenção Local (UIL) das DICAD/ARS, I.P.**. É um plano vital de ação uma vez que envolve a divulgação do programa, a captação de entidades, o garante do seu compromisso na criação das condições necessárias à aplicação do programa por parte dos seus profissionais. É igualmente da sua responsabilidade o desenvolvimento de todo o processo formativo envolvendo a componente presencial e o acompanhamento técnico no decurso da implementação do programa. Caber-lhe-á ainda a tarefa de garantir o cumprimento do processo avaliativo e a adequada recolha dos dados necessários à avaliação, quer de processo quer de resultados. Naturalmente, será responsável ainda pelo desenvolvimento de parcerias locais que melhor enquadrem o programa na dinâmica territorial, devendo oficializar essas parcerias sempre que elas se enquadrem no âmbito do PORI, mediante declaração que a entidade deverá ser objeto de adenda à sua candidatura e na qual seja definido, caso o projeto seja aprovado, as condições de implementação previstas: duração da intervenção, n.º de ações, território alvo, contexto de aplicação, tipo de formandos.

1.4. Parcerias

Um quarto plano diz respeito aos **parceiros** e desdobra-se entre parceiros nacionais cuja responsabilidade será a de, no âmbito dos seus planos de ação, integrarem a implementação do Programa Eu e os Outros sob orientação técnica de profissionais de saúde (SICAD/DICAD/ARS,I.P./CRI ou UIL), parceiros locais que assumem um papel essencial na criação de condições para que os seus técnicos apliquem o programa no âmbito das suas funções e parceiros internacionais que deverão recriar no seu país as condições análogas às definidas no presente documento para o desenvolvimento do Programa, respeitando os procedimentos-tipo, adaptando-os em função da realidade sociocultural e da estratégia acordada com o SICAD.

a. Parceiros nacionais

São frequentemente instituições da administração pública como o Ministério da Educação (ME), o Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), a Comissão para a Igualdade de Género (CIG), a Autoridade Nacional para a Segurança Rodoviária (ANSR) ou as Forças de Segurança (PSP/GNR - através do programa de proximidade "Escola Segura") ou ainda Instituições do Ensino Superior.

Cabe aos potenciais parceiros nacionais, definir interlocutores para a articulação institucional e traçar com a coordenação do programa uma proposta de desenvolvimento do mesmo, a qual deverá ser submetida à direção-geral do SICAD para aprovação e através desta às ARS, I.P. que deverão

pronunciarem-se podendo a implementação assumir diferentes graus e formatos de acordo com a disponibilidade de recursos e avaliação da pertinência das mesmas na estratégia regional.

b. Parceiros Locais

São, frequentemente, escolas agrupadas ou não públicas ou privadas, organizações não-governamentais ou instituições tutelares de menores. Também estas deverão definir um interlocutor através do qual serão geridos os procedimentos formais de implementação do programa nomeadamente no que diz respeito ao assumir do compromisso de participação, a gestão dos materiais e a recolha dos dados de avaliação de processo e de resultados. Mediante as condições definidas no compromisso de participação, estas instituições deverão garantir a participação dos profissionais envolvidos nos processos formativos, quer presenciais, quer de acompanhamento técnico, as condições físicas e de horário para a implementação regular do programa nos moldes definidos no planeamento traçado. Deverão igualmente proceder ao enquadramento do programa no plano educativo da instituição e informar os encarregados de educação dos jovens envolvidos de acordo com os procedimentos definidos na instituição.

O compromisso assinado pelos parceiros locais poderá ser assumido sem que a lista de profissionais envolvidos esteja fechada. A lista final dos mesmos pode funcionar como uma adenda ao compromisso para que possa ser completada com a colocação tardia de alguns profissionais.

As entidades que, no âmbito dos PRI, decidam recorrer ao Programa Eu e os Outros como estratégia para a prossecução dos objetivos definidos na candidatura do concurso no Eixo da Prevenção, só o poderão fazer na medida que o suporte técnico seja garantido previamente e oficializado pelas ARS,I.P. através das unidades de intervenção local das DICAD, em declaração de compromisso que deverá integrar a candidatura.

c. Parceria Internacional

São frequentemente estruturas que assumem funções de coordenação de programas nacionais no âmbito dos comportamentos aditivos e dependências.

A implementação do Programa Eu e os Outros noutros países requer a adaptação do presente documento à realidade social e cultural do país, devendo contudo procurar respeitar os procedimentos formativos, de acompanhamento técnico e de avaliação.

O parceiro internacional deverá definir um interlocutor que trabalhará com a coordenação nacional do Programa todos os detalhes do processo de adaptação, salvaguardando um trabalho de monitorização com a regularidade e metodologia que melhor de adeque a cada situação.

2. MATERIAIS

Os materiais de base ao programa são o seu fator diferenciador e, como tal, essenciais na garantia da consistência e coerência da intervenção. Um conjunto de medidas deve ser adotado no sentido da sua constante atualização e simultaneamente da proteção dos seus conteúdos no sentido de evitar a sua adulteração ou da utilização indevida dos mesmos.

a) O **programa** tem por base **9 narrativas** interativas construídas em formato *power-point*, com um manual de suporte e um conjunto de documentos de base ao processo de implementação. A acessibilidade a estes materiais é feita mediante uma box de acesso condicionado por *password* na qual estão depositados os referidos documentos.

b) No **sentido** da **preservação** destes materiais as narrativas deverão ser fornecidas ao elemento responsável pela entidade comprometida com o programa de modo que este faça a gestão das mesmas com os aplicadores, tendo por base o planeamento traçado por estes e validado pelo Técnico de Suporte.

c) **Não é autorizada a publicação** das narrativas ou de partes delas em formato digital ou outro designadamente em blogs, páginas institucionais, etc.

d) Os materiais serão **regularmente atualizados** de modo a permitir a introdução de novos temas pertinentes face à evolução dos interesses e do padrão comportamental do grupo-alvo:

i) **Narrativas** – as 9 narrativas disponíveis serão regularmente objeto de revisão, de modo a atualizar conteúdos e adaptação às necessidades. Será integrada informação sobre as substâncias psicoativas nas mesmas de modo a que o conhecimento dos participantes no âmbito das substâncias não dependa da pesquisa aos sites sugeridos no manual ou na própria narrativa. Esta introdução será progressiva e implicará por parte dos técnicos uma constante atenção à circulação de informação relativa à progressiva atualização dos documentos.

ii) Para uma melhor adaptação do tempo disponível à exploração das narrativas, sugere-se ao Técnico de Suporte que tenha presente em relação a cada narrativa em quantos blocos a narrativa se divide e qual a quantidade de sessões necessárias para uma boa exploração dos conteúdos incluídos nesses blocos.

iii) **Versões não Ilustradas** - Será igualmente disponibilizada uma versão não ilustrada de todas as narrativas, versão esta direcionada ao processo de formação, permitindo a sua impressão e distribuição como base ao treino de aplicação.

iv) **Manual** – acompanhando o que anteriormente foi dito para as narrativas, ao manual serão igualmente acrescidas adaptações progressivas no sentido de atualizar os conteúdos, propostas de atividades, procedimentos avaliativos e documentos e *sites* de referência. Esta adaptação poderá beneficiar com a recolha, por parte das equipas técnicas, local e regionalmente de boas práticas a destacar no manual.

v) **Compromisso de Participação** – será disponibilizado um documento tipo que defina as condições de base que a instituição aderente deverá garantir durante a implementação do programa, devendo a assinatura deste compromisso ser concretizada antes do início da formação inicial. Este compromisso deverá ser adaptado localmente de acordo com as particularidades da implementação.

vi) **Outros Materiais** – a coordenação deverá manter atualizadas versões dos diferentes materiais de suporte ao programa, quer no plano da divulgação, quer no de dinamização, quer ainda no de avaliação, entre outros.

1) ***Materiais de Divulgação*** - uma versão de apresentação do programa, com dados atualizados sobre a implementação do mesmo e referências recentes ao grau de eficácia e principais resultados verificados.

2) ***Materiais de Dinamização*** – diferentes aplicadores vão produzindo no decurso da sua prática, materiais de suporte que poderão revelar-se de utilidade para outros aplicadores. É função dos técnicos de apoio o levantamento destas boas práticas e a sua disponibilização através dos administradores da box.

3) ***Materiais de Avaliação*** – os instrumentos necessários para o processo de avaliação em versão impressa – de processo e de resultados - deverão ser mantidos atualizados na box como forma de ultrapassar limitações das instituições na criação de condições para o preenchimento dos mesmos online, com o respetivo link para a informatização online disponível. Instruções para a implementação do mesmo deverão estar à disposição dos técnicos de suporte para a formação dos seus aplicadores.

3. IMPLEMENTAÇÃO

A implementação do Programa Eu e os Outros deve ser encarada como uma mais-valia para a instituição, para os seus profissionais e jovens que nele participam. A implementação do programa implica por parte da entidade o assumir de uma responsabilidade de fidelidade para com o mesmo e é responsabilidade do Técnico de Suporte garantir que a implementação siga estas linhas orientadoras.

O programa deverá preferencialmente ser implementado a partir dum diagnóstico e de um plano integrado de intervenção preventiva – ou seja, multicomponente - para além da componente de desenvolvimento de competências pessoais e sócio emocionais e da componente informativa, subjacente ao próprio programa, incluir a componente das medidas reguladoras/ambientais - e multidimensional - envolver os pais, conselho de turma, ou técnicos da instituição, etc..

A partir deste diagnóstico e definição de plano integrado de intervenção preventiva, a implementação do programa deverá definir o um grupo alvo escolhido em função de objetivos traçados, definir o nível de intervenção preventiva (universal, seletiva e/ou indicada), contexto de intervenção, e a gestão no tempo, em torno de conteúdos selecionados em função dos objetivos e de acordo com a fase de desenvolvimento dos jovens que integram o grupo alvo.

O programa de intervenção, independentemente da narrativa selecionada para a intervenção deverá contemplar pelo menos 14 horas de aplicação, que inclua um mínimo de 10 horas de aplicação direta com os jogadores e que poderão adotar o formato de 7 sessões de 90 minutos, ou 14 sessões de 45 minutos, ou qualquer variante que envolva a conjugação de sessões com duração variável, mas que garanta o tempo mínimo de aplicação direta. O tempo de aplicação inclui já o tempo de planeamento e avaliação das sessões (cerca de 4 horas de preparação das sessões não presencial), e o tempo necessário à aplicação dos questionários pré e pós teste (45 minutos para cada um).

3.1. Instituições

O processo de implementação começa com a seleção das instituições envolvidas. A intenção de ter acesso ao programa deve ser negociada, com a assunção de um compromisso de aplicação que envolve, a inclusão do mesmo no plano educativo da instituição, independentemente da sua natureza[6], a identificação dos técnicos da instituição a envolver no programa, a garantia da disponibilidade de horário para a frequência na formação e a aplicação do programa, o

[6] No caso de se tratar de uma instituição de saúde, o programa deverá ser integrado num plano de educação para a saúde.

cumprimento com processo de acompanhamento, a criação de condições de espaço e tempo para a sua implementação e a responsabilidade de que o material disponibilizado apenas poderá ser utilizado por profissionais capacitados para o aplicar.

3.2. Os Aplicadores (Mestres de Jogo)

A implementação do programa depende fortemente dos interventores que assumiram a condução do mesmo no seio da sua instituição. Não havendo exigência ao nível da formação de base dos Mestres de Jogo, há a exigência de frequência do processo formativo do Programa e do subsequente suporte técnico que se desenrolará ao longo de toda a aplicação. Os aplicadores são maioritariamente professores ou outros profissionais ligados à área educacional, podendo também ser profissionais de saúde (psicólogos, enfermeiros, entre outros) e da área social (assistentes sociais, animadores socio culturais, técnicos de instituições tutelares de menores, etc.). Naturalmente é exigido aos aplicadores um grau de compromisso semelhante ao das instituições, devendo haver o acordo de fidelidade na implementação do programa, em termos de intensidade e regularidade de aplicação e de cumprimento com os procedimentos avaliativos, quer de processo, quer de resultados. É essencial que os aplicadores, dada a sua relevância para o sucesso do programa, se revelem socio emocionalmente adequados, assumindo uma atitude adequada face aos problemas ligados aos CAD, podendo a revelação de menor adequação ser passível de exclusão do grupo de aplicadores, cabendo ao Técnico de Suporte a avaliação destas situações.

Não está definida uma diferenciação entre os aplicadores, sendo contudo natural que a experiência dos mesmos resulte numa diferenciação por parte dos técnicos de suporte, podendo traduzir-se numa maior autonomização daqueles face ao processos de acompanhamento, ou à sua mobilização enquanto aplicadores de referência para outros mestres de jogo que iniciem mais tarde o seu envolvimento com o programa.

Sugere-se igualmente que quando se justifique ou existam condições para tal, a iniciação de novos mestres de jogo possa desenvolver-se em regime de par de aplicadores.

3.3. Grupos-alvos

O Programa foi idealizado para ser aplicado a uma população entre os 10 e os 18 anos, ainda que em contextos específicos jovens com mais idade tenham sido também abrangidos. A definição e caraterização do grupo alvo são fundamentais. É importante trabalhar com os aplicadores, a clarificação dos critérios de escolha de um grupo com o qual pretendem desenvolver a intervenção.

Sendo o Programa Eu e os Outros, adaptável a uma intervenção em qualquer dos três níveis de prevenção, a escolha ou organização de um grupo pode ser feita em função da abordagem de um tema específico, pertinente para a fase de desenvolvimento dos jovens que o venham a integrar ou em função do nível de prevenção em que o programa será desenvolvido e consequentemente do risco que seja atribuído aos elementos que venham a integrar grupo sobre o qual incidirá a intervenção.

- Diferenciar em função da fase de desenvolvimento - Deste modo o critério pode ser amplo já que visa sobretudo o acautelar de um processo de desenvolvimento adequado com a exploração atempada de conteúdos associados a fatores (de proteção ou de risco) que poderão ter influência na relação dos jovens com o uso de substâncias psicoativas. Neste plano o essencial será a combinação entre a fase de desenvolvimento dos jovens e a pertinência dos temas abordados sendo deste modo essencial a seleção da narrativa em torno do qual o Programa se desenvolverá. Desde o início da implementação do Programa foi possível ir identificando narrativas que melhor se adequam às faixas etárias específicas de acordo com a pertinência dos temas abordados. O quadro seguinte traduz esta sistematização que poderá servir de orientação para a seleção da narrativa a aplicar.

Abaixo dos 14 anos	Transversal	Acima dos 15 anos
História 1 História 3	História 2 História 5 História 8 História 9	História 4 História 6 História 7

- Diferenciar por **nível da intervenção preventiva** – a intervenção com um grupo de risco identificado, ao nível da prevenção seletiva, pressupõe adaptação ao modo de implementação por forma a incidir sobre a existência passada ou presente de comportamentos de consumo experimentais ou de continuidade. Este é o caso de intervenções desenvolvidas com turmas de currículo alternativo – Programas Integrados de Educação e Formação (PIEF), Cursos de Educação Formação (CEF), Cursos Vocacionais (VOC), etc. – ou com instituições que têm a tutela de jovens em regime de internato. Requer da parte dos técnicos de suporte uma maior proximidade ao processo de implementação. A preparação dos aplicadores deverá ser orientada também para as competências de regulação emocional, de comunicação, perceção do risco e consciência dos problemas associados ao uso de substâncias psicoativas. A aplicação poderá igualmente explorar estratégias de redução de riscos.

  Quanto à implementação do programa numa perspetiva de prevenção indicada, esta deve ser reservada a profissionais na área da saúde. Neste plano a narrativa deve servir de base à exploração de opções pessoais, motivações para a mudança, estratégia de resolução de

problemas, podendo ser complementada com técnicas psicodramáticas, apoio psicológico, entre outras.[7]

3.4. Contexto de aplicação

A intervenção pode sofrer alterações de acordo com o contexto em que a mesma ocorre, ganhando diferentes dimensões de acordo com o mesmo:

- o contexto escolar poderá promover uma abordagem em que a exploração de conhecimentos associados às narrativas ganhe um valor pedagógico que vá ao encontro dos curricula;
- o contexto de instituição tutelar de menores poderá remeter para uma exploração de conteúdos mais próximos à integração social;
- por fim o contexto de ocupação de tempos livres, poderá promover uma abordagem mais lúdica centrada sobre a procura de prazer e a diversão. Cada contexto define um tipo de interação, em função da sua dinâmica e das expectativas que lhe estão associadas.

Os aplicadores, que intervêm nestes contextos, deverão ser alertados para esse facto e apoiados na adoção das melhores estratégias para garantir a pertinência da intervenção em relação às motivações dos participantes tendo em atenção as características particulares dos contextos em que se desenvolve. Em alguns casos, o aplicador deverá estar atento à necessidade de limitar o acesso à participação na aplicação do programa ou desenvolver estratégias que promovam uma leitura adaptada às diferenças etárias e às experiências de vida que lhe estão associadas nomeadamente em situações de grande heterogeneidade de idades ou de vivências particulares dos participantes.

3.5. Gestão do tempo

O fator tempo é essencial no garantir dos resultados pretendidos (Nation et al, 2003)[8]. O excessivo espaçamento da intervenção não permite a recuperação dos conteúdos abordados nas sessões anteriores nem a aplicação dos ganhos relacionais e cognitivos. A gestão do tempo coloca-se a três níveis. A intensidade da intervenção, isto é a duração de cada sessão, a regularidade de trabalho, isto é o espaçamento das sessões e a calendarização da intervenção, isto é, a definição do período de tempo durante o qual a intervenção decorrerá.

---

[7] A utilização das narrativas do E&O em contexto de prevenção indicada deverá ser enquadrado numa relação que salvaguarde a exploração de afetos, atitudes e comportamentos, devendo o profissional que garanta este apoio ter formação e experiência no plano da resposta psicológica e do cuidar.

[8] Nation, M., Crusto, C., Wandersman, A., Kumpfer, K., Seybolt,D., Morrissey-Kane, E., & Davino K. (2003). What Works in Prevention: Principles of Effective Prevention Programs. American Psychologist 58 (6/7), 449-456 DOI: 10.1037/0003-066X.58.6-7.449

a. Intensidade

Maioritariamente a implementação do programa tem ocorrido em períodos entre 45, 50 e 90 minutos, em função da necessidade de adaptação do programa ao contexto escolar. A intensidade que melhor se adequa ao trabalho preconizado são os 90 minutos, que permitem para além da exploração da narrativa, a exploração de sites com informação complementar ou a aplicação de dinâmicas complementares na abordagem aos temas. No âmbito do melhor aproveitamento do tempo disponível, o Técnico de Suporte deverá trabalhar com os aplicadores o desenvolvimento de estratégias que visem a maximização do mesmo, nomeadamente através da definição de procedimentos de organização da sala, que envolva um esforço conjunto dos próprios participantes, ou o recurso a tarefas de concretização no espaço entre sessões, nomeadamente ao nível da exploração de informação ou da preparação de materiais para algumas dinâmicas de grupo.

Na gestão da sessão, o aplicador deverá ser instruído no sentido de distribuir o tempo da mesma por forma a garantir que o participante (1) recorda o percurso feito na sessão anterior e as tarefas definidas intersessões (2) explora a narrativa e (3) sintetiza os elementos mais importantes da sessão. O melhor ajustamento destes três momentos da sessão, bem como a definição das melhores de estratégias para a identificação e realce dos conceitos chave abordados, deverão ser um tópico essencial no acompanhamento técnico.

a. Regularidade

A implementação do programa tem assumido maioritariamente um caráter semanal ou quinzenal, embora tenham já ocorrido situações particulares em que a mesma assumiu uma regularidade diária ou de dois em dois dias nomeadamente em contexto de atividades de curta duração. A regularidade da intervenção é essencial para garantir a motivação e o interesse no seguimento da narrativa. É importante aquando do planeamento inicial identificar os períodos do calendário que obriguem a interrupções da aplicação que ponham em causa a periodicidade definida (ex. períodos de férias, feriados). Essas situações devem ser reduzidas ao máximo, sob pena de se gerar uma descontinuidade na exploração da narrativa e consequentemente uma perda de motivação e da consistência das aquisições pretendidas. Por vezes, para garantir o ajustamento do cronograma ao calendário escolar é necessário reduzir o número de sessões ao mínimo exigido (7 sessões) sendo para tal necessário que as aplicações dos instrumentos de avaliação pré e pós intervenção sejam integradas na primeira e na última sessões. Tal só poderá ser feito se for garantido uma intensidade de sessão de 90'.

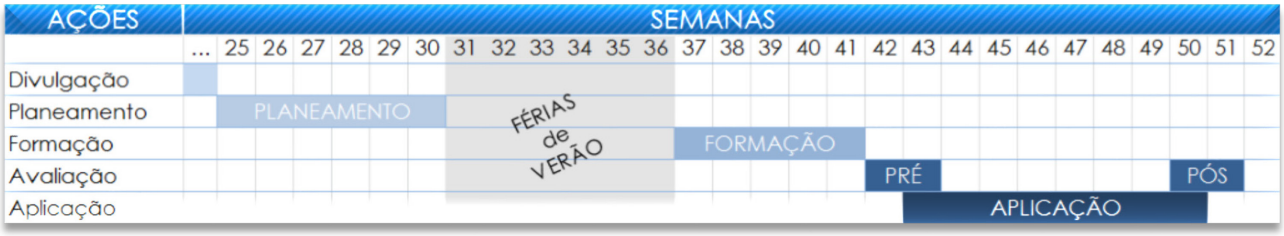
b. Calendário tipo

Como anteriormente foi dito, a calendarização da implementação é essencial para garantir que o programa é aplicado com a regularidade prevista. Maioritariamente a aplicação do programa em contexto escolar tem tendência a incidir sobre o 2º período. Esta opção permite evitar o impacto da colocação tardia de professores e o período de adaptação entre professores e alunos, agendando a formação para a interrupção letiva do Natal ou para o início do 2º período. Este é, tendencialmente, o

período letivo mais longo, o que facilita a distribuição das sessões no calendário, e consequentemente uma menor sobrecarga para o aplicador. Contudo requer uma gestão cuidada da interrupção do carnaval sendo fundamental evitar que as últimas sessões resvalem já para o terceiro período. Naturalmente que a intensidade e a regularidade definida para a implementação terá um papel essencial na definição do calendário, sendo mais difícil corresponder ao ideal atrás definido se o número de sessões se elevar para 14 em virtude da intensidade de aplicação ser de 45' por sessão.

Consideramos, contudo, que o arranque da aplicação no 1º período é mais adequado, sobretudo para grupos de aplicadores com experiencia previa e para intervenções de continuidade com o mesmo grupo-alvo. O planeamento e calendarização deverão ser feitos no final do ano letivo anterior, integrado no processo de avaliação da implementação desse ano, por forma a garantir a negociação necessária com a gestão escolar dos tempos e enquadramento da aplicação no projeto pedagógico da escola. O calendário ideal situará (1) a divulgação e planeamento do novo ano entre as semanas 25 e 30 do ano (junho/julho), (2) a formação entre as semanas 37 e 41 (Setembro e inicio de outubro) para que (3) a aplicação tenha lugar nas semanas 42 e 50 (outubro a dezembro).

Figura - Cronograma-Ideal



Como terceiro modelo alternativo a divulgação, planeamento e calendarização poderão ocorrer entra as semanas 37 e 41 (Setembro e inicio de outubro), a formação decorrer até ao início de janeiro para que a aplicação ocorra entre as semanas 3 e 15 (de janeiro a abril).

Naturalmente cabe aos técnicos locais a melhor definição do calendário de intervenção em função das condições existentes, servindo os modelos anteriores apenas como referenciais para a organização.

Poderão ainda surgir outro tipo de calendarização que resulte da implementação do programa em períodos de férias. Esta modalidade implica um modelo diferente de aplicação e de acompanhamento que temos vindo a apresentar, o qual pressupõe, uma intensidade maior e regularidade muito mais curta. O período de implementação decorrerá tendencialmente em pausa letiva variando de acordo com o contexto.

3.6. Conteúdos

A aplicação das narrativas não deve ser passiva, no sentido em que se limita a explorar os conteúdos contidos na mesma, sem um filtro ou um propósito de aprofundar umas partes mais do que outras. Deste modo é essencial que no processo de planeamento o aplicador possa ganhar progressivamente a capacidade de definir quais os conteúdos que são mais pertinentes para a fase de desenvolvimento do seu grupo em função dos objetivos traçados. Os conteúdos escolhidos devem ser escolhidos por serem pertinentes e passiveis de um transfere para a vida dos jovens integrados no grupo alvo.

A aquisição de conhecimentos mais consistentes sobre os conteúdos considerados essenciais requer da parte do aplicador a pesquisa de alguns dos *sites* sugeridos no manual, tarefa nem sempre fácil face ao tempo disponível para a sessão. Deste modo, e no que às substâncias psicoativas diz respeito, irão ser introduzidas alterações nas narrativas existentes para que uma parte da informação essencial, em termos de efeitos e riscos associados a cada substância explorada, possa estar disponível dentro da própria narrativa evitando deste modo que a apreensão destes conteúdos dependa da disponibilidade e pró-atividade do aplicador.

Alguns dos conteúdos são escolhidos não em função das preocupações com o uso de substâncias psicoativas mas enquanto áreas integradas em programas específicos de entidades parceiras como por exemplo o *comportamento alimentar* ou a *sexualidade* por articulação com parceiros dos ACES, o papel das Forças de Segurança no âmbito da parceria com a Escola Segura, *violência no namoro* em colaboração com a Comissão para a Igualdade de Género ou a *prevenção rodoviária* por articulação com a ANSR.

Embora o manual de suporte tenha sido construído com o apoio destes parceiros, o Técnico de Suporte pode propor aos aplicadores que equacionem o convite a profissionais destas entidades para que possam, numa sessão planeada para esse efeito, aprofundar com os jovens, algum tópico específico.

O especial enfoque a dar a um conjunto de temas que se diferenciam do núcleo central referente ao uso de substâncias psicoativas, requer da parte da coordenação central e regional a preocupação em proporcionar formação específica junto aos técnicos de suporte e subsequentemente aos aplicadores, a que será desenvolvida enquanto formação de 2º nível em blocos de curta duração que serão objeto de futura creditação. Este tema será retomado na área referente ao processo formativo.

4. ACOMPANHAMENTO AO PROGRAMA (componente técnica)

O processo de acompanhamento, incide sobre: (1) a mobilização de novas instituições para a implementação do Programa e a motivação de técnicos para se envolverem no mesmo enquanto aplicadores; (2) o planeamento e estruturação das sessões de aplicação das narrativas, de acordo com os objetivos de trabalho pré-estabelecidos para cada grupo; (3) a orientação dos aplicadores na resolução de situações/problemas que digam respeito à gestão da dinâmica do grupo e à abordagem aos conteúdos;

4.1. Os Técnicos de Suporte

São naturalmente técnicos da área da saúde com experiência em prevenção e promoção da saúde. São formados para o desempenho desta função e são objeto de coordenação por parte do DICAD das ARS,I.P.. Deverá haver a preocupação, na medida que estejam reunidas condições para o efeito, de que estes elementos possam manter uma prática de aplicação que lhes permita consolidar a formação recebida no plano da aplicação das narrativas, mas identificar na primeira pessoa, dificuldades e necessidades específicas inerentes ao papel de Mestre de Jogo.

4.2. Divulgação

A primeira função para a qual o Técnico de Suporte é chamado a participar é frequentemente a promoção do Programa junto a entidades e potenciais aplicadores no sentido de constituir ou consolidar a rede de implementação. Para esse efeito, a primeira questão que se coloca é qual a capacidade de resposta que cada UIL terá de enquadrar e apoiar as entidades que irá mobilizar.

Deste modo, o processo de divulgação seguirá rumos diferentes consoante a capacidade de resposta de cada UIL. A apresentação pública do Programa tem como vantagem o maior envolvimento da comunidade mas aumenta o risco da dispersão da equipa técnica na resposta a múltiplos locais de aplicação.

A apresentação a um grupo de entidades desafiadas para integrarem o Programa, permite um melhor controlo da dispersão, mas obriga à definição de critérios de seleção. A experiência prévia da

instituição pode ser um bom critério que contudo tem como repercussão o reforçar da participação de entidades já mobilizadas deixando de fora aquelas que, sendo mais resistentes a envolverem-se num processo preventivo, seriam mais importantes serem ganhas para o mesmo.

A existência de um diagnóstico prévio que identifique riscos específicos numa determinada comunidade é outro critério essencial. Assim, a intervenção alinha-se em função de necessidades identificados oferecendo ao Técnico de Suporte e ao aplicador uma linha orientadora no traçar dos seus objetivos.

Esta opção resultará na assunção de um caráter seletivo na intervenção preventiva a desenvolver, deixando de fora contextos que, por não terem indicadores de risco não significativos, poderiam beneficiar desta intervenção de forma a ajudar os jovens nos seus processos de desenvolvimento pessoal. Pode ainda ser equacionada a opção de apostar numa lógica de projeto-piloto que desenvolvido numa instituição em profundidade crie interesse e motivação noutras similares para aderirem ao Programa. Deste modo a divulgação ganha um caráter fechado, centrado nos potenciais aplicadores de uma única instituição. Esta opção ajudará fortemente uma UIL que está limitada na capacidade de acompanhamento técnico. A lógica de projeto-piloto poderá igualmente assumir um outro caráter quando os elementos convidados a participar no programa o são em função do papel de referência que deverão assumir em implementações futuras do mesmo programa.

Os coordenadores do Programa de Promoção para a Saúde poderão naturalmente ser elementos que num pressuposto de estabilidade e continuidade na função possam ser envolvidos com o objetivo de virem a ser facilitadores do processo de implementação junto aos seus pares permitindo às UIL o espaçamento do acompanhamento, ou a opção por um modelo misto que combine o acompanhamento presencial com o acompanhamento à distância.

O processo de divulgação deverá apresentar:

- Os objetivos gerais do programa – (1) explorar de forma integrada, conteúdos referentes ao uso de substâncias psicoativas a par de outros temas pertinentes ao processo de desenvolvimento na adolescência. (2) educar para a utilização de recursos e (3) desenvolver competências sócio emocionais
- O suporte ao programa – as narrativas, o manual de suporte, a formação e o acompanhamento técnico.
- A estruturação do programa – tempo de formação, tempo de acompanhamento técnico, número de sessões para a exploração das narrativas, avaliação pré e pós intervenção
- A assinatura o compromisso prévio ao início do processo de implementação

4.3. Suporte Técnico

O processo de suporte técnico prende-se com fatores tão díspares quanto a regularidade do mesmo, o local do mesmo, as tarefas a cumprir e a abordagem a componentes de caráter mais relacional.

a. Tarefas no Processo de Acompanhamento

As principais tarefas a cumprir num processo de acompanhamento são o planeamento e estruturação das sessões de aplicação das narrativas, de acordo com os objetivos de trabalho pré-estabelecidos para cada grupo; a avaliação e orientação dos aplicadores na exploração de conteúdos ou na resolução de situações/problemas que digam respeito à gestão da dinâmica do grupo; por vezes é igualmente importante, sobretudo quando a aplicação incide sobre grupos de risco e se justifica um acompanhamento mais profundo, explorar fatores relacionais e outras estratégias mais focalizadas. O Acompanhamento pode assumir diferentes formatos em função da estratégia adotada por cada unidade de intervenção local. Deste modo poderá assumir um caráter individual, institucional, por narrativa.

No que diz respeito ao processo de planeamento, o mais importante refere-se ao apoio à estruturação de um plano de sessão, que seja realista em termos de gestão de tempo face quer aos parágrafos a explorar, quer a integração de outras abordagens, como a pesquisa de informação, a execução de tarefas ou a concretização de dinâmicas de grupo. O suporte técnico é fundamental na definição do que é essencial e o que é secundário no planeamento inicial, tendo sempre em conta o objetivo traçado. Utilizando exemplos da avaliação da sessão anterior é importante ajudar o aplicador a não se limitar a proporcionar o debate em cada parágrafo, mas em escolher aqueles nos quais o debate será mais frutuoso. Esta compreensão apenas é possível em função de uma avaliação séria da forma como a sessão decorreu e do sentimento do aplicador em relação entre o que foi planeado e o que foi executado.

No segundo plano, o acompanhamento pode centrar-se nos conteúdos com o papel do Técnico de Suporte a assumir uma função facilitadora na exploração de temas que não são obrigatoriamente do seu domínio. Será importante a capacidade de sugerir sites para pesquisa de informação adicional, materiais de apoio como leituras ou visionamento de vídeos que permitam diferentes visões da mesma problemática. O Técnico de Suporte poderá assumir uma função orientadora na seleção das fontes de pesquisa. Aí a função de estar "entre ajudas" poderá permitir que contactos sejam estabelecidos com outros parceiros que possam aprofundar o que não estiver ao alcance do Técnico de Suporte.

Num terceiro plano o acompanhamento poderá centrar-se na gestão da dinâmica do grupo e na metodologia, incidindo sobre as regras e estratégias sendo essencial o papel do Técnico de Suporte no alargamento do leque de dinâmicas de grupo passiveis de serem utilizadas face aos conteúdos emergentes ou à forma como o grupo interage com o aplicador ou entre si. O acompanhamento é uma parte integrante da formação e como tal um ótimo contexto para abordar temas que ficaram menos explorados aquando da formação inicial.

b. Interações a explorar durante o suporte técnico

O Técnico de Suporte deve estar atento às interações trazidas pelo aplicador no processo de avaliação da sessão tendo em consideração os seguintes pontos:

Desmotivação/Desinteresse do aplicador - se bem que a grande parte dos aplicadores se mostre interessada e invista na preparação e na dinamização das sessões, outros há que podem apresentar desinteresse e desmotivação. Este desinteresse ou desmotivação pode ocorrer por múltiplas razões, nomeadamente:

- porque o envolvimento com o Programa é feito em função do interesse na obtenção dos créditos decorrentes do processo formativo que lhe está associado
- porque foram nomeados contra sua vontade para desenvolverem o Programa,
- porque depois de conhecerem melhor o Programa percebem que ele não corresponde às expectativas iniciais,
- porque a um nível mais pessoal não estão reunidas as condições para um maior envolvimento na dinâmica do grupo e isso traduz-se num menor investimento no processo de acompanhamento, entre outros aspetos.

Sejam quais forem as razões para o desinteresse, ele poderá influenciar, em muito, um bom processo de acompanhamento;

Incapacidade do aplicador - relacionada, com limitações do próprio aplicador no que diz respeito ao conhecimento e/ou a compreensão do que é o Programa ou dos conteúdos abordados através das narrativas. Por vezes, a forma como o aplicador dinamiza ou a importância (ou não importância) que dá a determinados conteúdos, parecem passar ao lado dos objetivos traçados, mesmo depois de numa reunião de acompanhamento se ter discutido sobre essas questões;

Incompatibilidade entre aplicadores – quando as sessões são realizadas por mais que um aplicador, uma das questões que se podem levantar é a compatibilidade/incompatibilidade entre eles. Por vezes, os objetivos e a forma de os atingir diferem muito de aplicador para aplicador e a dinâmica que assumem durante a aplicação poderá não ser a mais indicada (se um dos aplicadores não concordar com o rumo que a sessão está a tomar deverá intervir, no sentido de confrontar o parceiro ou de o chamar à atenção?). Esta, e outras questões que surjam entre o grupo de aplicadores, são, assim, importantes de levar em conta e de monitorizar ao longo do processo de acompanhamento.

Grupo Alvo – tendo este grupo o poder de viabilizar e validar o esforço dos aplicadores, é, necessariamente outro dos elos mais importantes no desenvolvimento deste projeto. No decurso do acompanhamento é fundamental ajudar a diferenciar as dificuldades do grupo, daquelas que são intrínsecas dos aplicadores. Estes são alguns dos aspetos a ter em consideração no processo de acompanhamento:

- Caraterísticas do grupo alvo – o grupo de jogadores a quem a intervenção é dirigida desempenha, igualmente, um fator importante no processo de acompanhamento. Conhecer o grupo e caraterizá-lo (no seu número, idades e género, existência de subgrupos na turma, rivalidades, etc.) é

fundamental para que se faça um planeamento adequado. As dificuldades de aplicação podem ter a ver com uma desadequada adaptação dos objetivos a estas caraterísticas, nomeadamente a existência de comportamentos aditivos por parte de elementos do grupo ou de atividades ilegais a ele associadas, a existência de uma atitude de marcada oposição, entre outras.

- Atitudes – saber quais os interesses, disponibilidades e necessidades do grupo é importante, mas saber qual a atitude geral do grupo não o é menos. Saber se um grupo assume uma atitude mais passiva ou de oposição, ou se é um grupo desmotivado, por exemplo, é um dado indispensável. O acompanhamento deve ajudar o aplicador a explorar diferentes estratégias de abordar o grupo e corresponder ao impacto das referidas atitudes no processo de aplicação.

Adequação dos conteúdos – Os temas selecionados para a intervenção podem frequentemente criar dificuldades específicas que deverão ser objeto de atenção no decurso do acompanhamento. A seleção dos conteúdos que se pretendem trabalhar requer que, previamente, se analise a fase de desenvolvimento e maturidade dos elementos que compõem o grupo bem como a sua dinâmica. A eficácia dos programas de prevenção depende fortemente da pertinência que estes tenham para os participantes, bem como a aplicabilidade dos mesmos à sua realidade pessoal e/ou social.

Por outro lado ainda que os conteúdos escolhidos possam ser pertinentes, é essencial avaliar se o momento em que estes serão propostos ao grupo é o mais adequado em função da disponibilidade dos seus elementos para refletirem sobre os temas, da estabilidade do grupo ou da existência de outros temas cuja importância se sobreponha aos propostos pelo aplicador. A existência de conflitos internos no grupo poderá retirar a disponibilidade ou requerer a discussão de outros temas antes de ser possível abordar os conteúdos reconhecidos como pertinentes face à fase de desenvolvimento em que os elementos do grupo estão;

c. A regularidade do apoio

Deve ser definida em primeiro lugar em função dos recursos disponíveis para o mesmo. Idealmente o acompanhamento deveria ser quinzenal numa perspetiva de aplicação semanal ou mensal numa perspetiva de aplicação quinzenal. Contudo a regularidade deve ter em consideração a experiência prévia dos aplicadores que poderá permitir o espaçamento das sessões ou a concentração da atenção sobre elementos que necessitem de mais apoio. Esta situação aplica-se sobretudo quando a aplicação é dirigida a grupos de maior risco identificado e que requerem do aplicador um maior investimento no sentido da manutenção do envolvimento do grupo e de diversificar as abordagens, bem como a exploração de conteúdos trazidos para a aplicação por parte dos jovens.

d. A localização do acompanhamento

É igualmente um fator essencial na gestão dos recursos disponíveis pela UIL para o suporte técnico ao Programa. Idealmente o acompanhamento deveria ter lugar nas instituições onde a intervenção está a ter lugar, permitindo ao técnico ter uma noção do contexto do mesmo. Contudo, sobretudo se se verifica uma multiplicidade de instituições ou uma grande dispersão territorial das mesmas, o técnico

poderá optar por centralizar as sessões de acompanhamento em locais para as quais os aplicadores confluem nos dias calendarizados para o efeito. Por vezes uma solução para gerir a dificuldade de deslocação do técnico às instituições sob a sua responsabilidade é o desenvolvimento de estratégias de apoio à distância. O recurso ao telefone, *mail, skype* ou ao chat como base de suporte para um processo de acompanhamento é uma alternativa que, embora de menor eficácia, poderá compensar a impossibilidade de um apoio presencial. Esta alternativa poderá ser adequada a aplicadores com mais experiência e que ofereçam ao técnico uma garantia de consistência no trabalho desenvolvido, podendo o apoio à distância alternar com o apoio presencial. Também face à experiencia de implementação do programa em condições especiais e contextos geográficos específicos, a opção de acompanhamento poderá ter de ser à distância tendo em conta a menor acessibilidade a alguns dos contextos de aplicação.

e. Gestão do tempo

No acompanhamento, a gestão de tempo é uma tarefa complicada sobretudo se o processo se desenvolve em grupo. O Técnico de Suporte poderá optar por definir tempos separados por cada aplicador apresentar uma síntese da avaliação da sessão e a projeção da nova sessão. Deste modo não haverá problema de haver aplicadores em fases diferentes de aplicação. Em alternativa, o tempo pode ser organizado em função das fases de aplicação juntando num mesmo momento quem se encontra a trabalhar os mesmos conteúdos. De forma a reduzir os tempos de preparação das sessões por parte dos aplicadores, o tempo de suporte pode também ser ampliado de modo a que o preenchimento de todas as fichas ocorra no decurso da sessão de acompanhamento. Esta opção requer frequentemente a individualização do suporte para que a atenção do Técnico de Suporte esteja inteiramente consagrada à tarefa de estruturação de cada sessão. Uma gestão mista do tempo poderá manter o preenchimento das fichas na sessão mas na sequência de uma discussão conjunta com os diferentes aplicadores sobre as dificuldades encontradas na sessão anterior. Esta modalidade é mais adequada quando há uma sincronia entre os aplicadores no processo de implementação e todos seguem o mesmo ritmo de aplicação.

f. Monitorização

É ainda função do Técnico de Suporte manter atualizada a informação básica de indicadores referentes à implementação do Programa. Assim sendo deverá ser enviado no início de cada novo ano civil (janeiro) a informação diferenciando as intervenções concluídas em Julho e as iniciadas no novo ano letivo. Os dados a enviar deverão referir (1) o Nº de instituições distinguindo-as por tipos (ex. escolas, ONG's, outras), (2) Nº de aplicadores discriminando-os em função da profissão/função (ex. professores, psicólogos, enfermeiros, monitores, etc.), (3) Nº de jogadores.

5. PROCESSO FORMATIVO

Sendo uma componente essencial do Programa, a responsabilidade de promover e realizar a formação é assumida em exclusividade por uma bolsa de formadores do SICAD certificados pelo Conselho Científico-Pedagógico de Formação Contínua (CCPFC), cujo registo faz parte da lista nominal dos formandos em sede de candidatura do projeto formativo do programa Eu e os Outros. Qualquer profissional que venha a integrar a referida lista deverá requerer previamente, através do *site* do CCPFC, a sua creditação para poder ministrar formações no domínio dos CAD, num processo de responsabilidade individual de cada candidato a formador. Nenhum profissional integrará a bolsa de formadores do Programa, sem ser creditado.

Salvaguardada a creditação por parte do CCPFC, o processo de inclusão de um técnico de um CRI na Bolsa de Formadores do SICAD concretiza-se por proposta das DICAD das ARS, I.P. desde que garantida a formação de base exigida para o desempenho da função de Técnico de Suporte.

Outras entidades parceiras podem assumir uma função complementar, de exploração de conteúdos específicos, como por exemplo no âmbito da prevenção rodoviária, da sexualidade, do *bullying*, entre outros, mas nunca enquanto responsáveis pelo processo formativo. As equipas de formadores são provenientes das unidades de intervenção local (UIL), coordenadas pelas DICAD das ARS,I.P..

O SICAD tem desenvolvido um trabalho de parceria com a Direção Geral de Educação (DGE) no sentido de partilhar a responsabilidade pela administração executiva do processo formativo, em especial, para as ações que na sua totalidade ou parcialmente se dirigem a docentes. Este acordo deverá ser oficializado num futuro próximo mediante protocolo. Com base nesta parceria, a DGE assumirá as responsabilidades de gestão dos *dossiers* pedagógicos de cada ação formativa, competindo às equipas de formação das UIL o fornecimento dos dados que o compõem.

A área da formação no Programa Eu e os Outros assume um caráter essencial já que a fidelidade da implementação do mesmo depende da capacidade de aplicação e exploração das narrativas, suportada num acompanhamento técnico que requer ele próprio uma habilitação específica e adequada. Deste modo esta área desdobra-se entre a **Formação da Equipa Técnica de Suporte**, a **Formação dos Aplicadores** e a manutenção dos **procedimentos dos circuitos** definidos entre as unidades orgânicas envolvidas.

5.1. Formação da Equipa Técnica de Suporte

A formação dos elementos que integram as equipas locais de acompanhamento foi desde o início do Programa uma preocupação da coordenação. Com a transição de IDT para SICAD e as mudanças inerentes a este processo, a consolidação destas equipas volta a dar à formação dos técnicos um caráter essencial. Identifica-se a necessidade de integrar elementos novos nas funções de acompanhamento e, em relação àqueles que se mantiveram a desempenhá-las, há que redefinir procedimentos e atualizar conhecimentos. Deste modo a formação dos técnicos terá de assumir duas modalidades, uma de **formação inicial** essencial para a creditação do profissional enquanto parte integrante na bolsa de formadores do Programa, e uma **formação de reciclagem** que deverá assumir um caráter regular.

a. Formação inicial de Técnicos de Suporte

A formação inicial de Técnicos de Suporte não tem um caracter regular, sendo ativada sempre que a necessidade seja identificada no trabalho de coordenação desenvolvido pelo SICAD com os representantes das diferentes ARS,I.P./DICAD. Requer um número mínimo de 10 formandos que poderão contudo ser provenientes de diferentes regiões.

A formação será tendencialmente centralizada nas instalações definidas pela coordenação nacional, podendo contudo ser desdobrada entre regiões se tal se verificar conveniente.

O Programa da formação de Técnicos de Suporte incide sobre a exploração da metodologia, estratégias de dinamização, e a função de formador, suporte técnico e acompanhamento.

g. Formação de reciclagem para os Técnicos de Suporte

Para os técnicos que constituem a bolsa de formadores do Programa Eu e os Outros, é essencial manter um processo regular de formação com o objetivo de aprofundamento de conteúdos (sobretudo os referentes a áreas de especialidade de outros parceiros) de atualização do manual, de adaptação das narrativas existentes e de procedimentos avaliativos. Procurar-se-á assumir uma formação anual de reciclagem definida em articulação entre o SICAD e as DICAD das ARS,I.P..

5.2. Projeto formativo dos aplicadores

As orientações do Ministério da Educação (ME) para o Programa de Promoção e Educação para a Saúde em Meio Escolar requerem do(a) professor(a) o domínio de áreas tão díspares quanto o consumo de substâncias psicoativas, perturbação do comportamento alimentar, sexualidade e

violência aplicadas à adolescência. Esses conteúdos devem ser enquadrados no projeto educativo das escolas, beneficiando da existência de programas estruturados que proporcionem aos professores o enquadramento para a exploração dos mesmos.

A Formação "Eu e os Outros" assume-se como um programa de formação base em torno de uma metodologia de prevenção dos Comportamentos Aditivos e Dependências os quais são trabalhados em interligação com os restantes domínios acima expostos, enquadrando-os numa abordagem prática a partir de instrumentos e material didático produzido pelo SICAD.

Deste modo os temas são abordados pelo(a) docente, visando a aplicação de um programa de promoção e educação para a saúde junto dos adolescentes e jovens em meio escolar, com acompanhamento técnico e supervisão. Esta metodologia visa dar resposta às necessidades identificadas de modo a aprimorar as competências gerais e específicas dos(as) formandos(as), articulando devidamente com os perfis de desempenho adequados ao desenvolvimento de atividades no âmbito do Programa de Promoção e Educação para a Saúde.

a. Equipa de Formadores

Os elementos que constituem a **Equipa de Formadores** envolvida em cada formação devem, integrar a lista nominal de formadores reconhecidos pelo CCPFC para o projeto formativo do "Eu e os Outros", detendo conhecimentos técnico-científicos e experiência pedagógica na área da Promoção e Educação para a Saúde. Para tal devem possuir o Certificado de Registo de Formador atribuído pelo Conselho Científico-Pedagógico da Formação Contínua do ME e ter frequentado o Programa de Formação para os Técnicos de Suporte.

b. Dimensão do Grupo de Formação

A modalidade de Oficina de Formação impõe como limite mínimo de 10 e um máximo de **20 participantes docentes.** Em situações em que o grupo de formação exceda este número deverá ser considerada a possibilidade de desdobrar o grupo de formação em dois. Numa formação não creditada poderá permitir-se o alargamento do grupo de acordo com as condições disponíveis e a sensibilidade do formador, sendo claro que a dinâmica de grupos de dimensão superior a 25 dificulta a participação desejada e condiciona a interação.

c. Calendarização

A calendarização do Projeto formativo deverá ter em consideração a necessidade de conjugar a disponibilidade do(a) Formador(a) (Técnico de Suporte), dos (as) Formandos (as) (Aplicadores) e, posteriormente, do Grupo de Adolescentes e Jovens (Grupo de Aplicação) cumprindo com as exigências de intensidade (tempo atribuído a cada sessão) e de regularidade (espaçamento entre sessões) definidas no Manual de suporte ao mesmo.

As sessões do projeto formativo poderão ser espaçadas no tempo ao longo de vários dias e deste modo assumirem uma menor densidade, ou serem concentradas em menos dias aumentando a intensidade do processo.

Do mesmo modo, o tempo que medeia as diferentes sessões é uma variável que o formador poderá gerir espaçando-o caso queira que o formando tenha tempo de preparação entre sessões – muito útil na fase de treino de aplicação – ou encurtando-o quando se considere que é benéfico garantir uma integração dos temas a serem abordados em diferentes sessões.

d. Local de formação

A formação poderá ou não abranger formandos de instituições dispersas pela área geográfica coberta pela UIL responsável pela implementação local do Programa. A escolha do local de formação deverá ter em consideração essa dispersão, evitando situações de desigualdade manifesta das condições proporcionadas nomeadamente ao nível das deslocações. O formador poderá optar por desdobrar as diferentes sessões de formação por locais diversos permitindo uma melhor distribuição da acessibilidade.

e. Registo da Formação

Uma vez definido o grupo de formandos, as datas e os locais onde o processo formativo decorrerá, o responsável pela formação deverá solicitar junto do SICAD o registo da sua formação para o qual deverá fornecer os seguintes elementos: ARS, I.P. competente, serviço organizador, período de execução previsto, tipo de formação por referência à creditação (creditada, não creditada ou mista), número de formandos previstos, duração total da ação, entidade envolvida e técnico de referência. Estes elementos estão reunidos num ficheiro Excel (*Código Ação_E&O)* o qual introduz os elementos necessários à definição do volume de formação. O registo assumirá a forma de um código que deverá ser inserido em todos os documentos do *dossier* pedagógico e instrumentos de avaliação de processo.

f. Níveis de Formação

O Programa Eu e os Outros assume-se como uma intervenção que se pode desdobrar no tempo em múltiplos anos de aplicação por parte do mesmo aplicador, independentemente da mesma ser dirigida ao mesmo grupo alvo. Tal facto pressupõe que o aplicador deverá dominar as temáticas relativas a diferentes narrativas. O domínio de uma diversidade tão grande de temas obriga ao desdobramento da formação por níveis, um mais básico centrado sobre a metodologia do programa e outro, aprofundado, que visa a exploração de temas específicos de acordo com o foco que seja escolhido pelo aplicador para a sua intervenção com um grupo particular.

i. FORMAÇÃO BÁSICA

O projeto formativo de base foi aprovado pelo Conselho Cientifico-Pedagógico de Formação Contínua do Ministério da Educação no formato de **Oficina de Formação** com a duração total de 54 Horas dividida em 27 Horas de caracter presencial e 27 Horas de monitorização e aplicação (13 horas de monitorização e 14 aplicação) conferindo 2,2 créditos.

- Objetivos Gerais e Específicos

O objetivo geral da formação será o de adquirir e desenvolver conhecimentos teórico-práticos, no âmbito da Promoção e Educação para a Saúde em Meio Escolar, que facilitem a implementação, desenvolvimento, monitorização e avaliação do Programa "Eu e os Outros", com impacto nas competências pessoais e no estado de saúde global dos adolescentes e jovens que sejam objeto da intervenção.

Enquanto objetivos específicos pretende-se:

(1) Aprofundar conhecimentos teórico-práticos na área da Prevenção e da Promoção e Educação para a Saúde;
(2) Desenvolver competências e treinar metodologias para a abordagem dos temas integrados no Programa de Promoção e Educação para a Saúde em Meio Escolar através do Programa "Eu e os Outros";
(3) Fomentar a integração dos conhecimentos adquiridos na intervenção a realizar junto de grupos de adolescentes e jovens, segundo um planeamento construído no decurso da formação e com acompanhamento técnico e supervisão;
(4) Promover o domínio dos procedimentos avaliativos do Programa "Eu e os Outros", aplicando-os à análise de resultados da intervenção efetuada.

- Conteúdos Programáticos

A formação está organizada em três Módulos que se desenvolvem com os seguintes propósitos: (1), exploração das bases teóricas e estruturais do programa, das regras de aplicação, dos conteúdos a explorar, dos procedimentos avaliativos, etc. (formação presencial); (2), planeamento e acompanhamento técnico à aplicação do programa, em contexto de trabalho; (3), aplicação em autonomia da narrativa selecionada junto ao grupo alvo, de acordo com o planeamento definido (trabalho em autonomia). O segundo e o terceiro módulos desenvolvem-se concomitantemente. O programa apresenta a seguinte estrutura:

Módulo I – Formação Presencial de Base (27 horas)

Sessão 1 – Apresentação do Programa "Eu e os Outros" e da sua Fundamentação Teórica;
Sessão 2 – Personagens do Jogo;
Sessão 3 – Metodologia de Implementação do Jogo;
Sessão 4 – Estratégias de Dinamização do Jogo;

Sessão 5 – Temas a desenvolver através das Narrativas Interativas – Processo de Reflexão;
Sessão 6 – Treino de Aplicação;
Sessão 7 – Processo de Avaliação do Impacto da Intervenção;
Sessão 8 – Treino de Aplicação e Reflexão.
Sessão 9 - Elaboração de relatório Final de Avaliação

Módulo II – Planeamento e Acompanhamento Técnico em Contexto de Trabalho (13 horas)

Sessão 1 – Planificação da Aplicação
Sessão 2 – A Avaliação do Impacto da Intervenção
Sessão 3 – Planificação da 1ª Sessão de Aplicação
Sessão 4 – Supervisão da 1ª Sessão de Aplicação e Planificação das 2ª e 3ª Sessões
Sessão 5 – Supervisão das 2ª e 3ª Sessões e Planificação das 4ª e 5ª Sessões
Sessão 6 – Supervisão das 4ª e 5ª Sessões e Planificação das 6ª e 7ª Sessões
Sessão 7 – Supervisão das 6ª e 7ª Sessões

Módulo III – Formação Não Presencial de Aplicação em Autonomia (14 horas)

Sessão 1 a 7 – Aplicação do Programa "Eu e os Outros" de acordo com o planeamento desenvolvido no âmbito do acompanhamento técnico em contexto de trabalho.

O módulo III deve prever sessões adicionais para a aplicação dos instrumentos de avaliação do impacto da intervenção, que poderão acontecer na sequência das sessões 1 e 7 se o tempo atribuído a estas for alargado para contemplar este processo. Caso contrário deverão ser definidos na calendarização dois momentos adicionais neste módulo.

ii. FORMAÇÃO DE APROFUNDAMENTO

O projeto formativo de aprofundamento submetido à aprovação do Conselho Cientifico-Pedagógico de Formação Contínua do Ministério da Educação no formato de Oficina de Formação tem por duração total de 30 Horas distribuídas por 15 Horas de caracter presencial mais 15 Horas de monitorização e aplicação (3 horas de monitorização e 12 aplicação).

- Objetivos Gerais e Específicos

O objetivo geral da formação será o de consolidar conhecimentos teórico-práticos, no âmbito da Promoção e Educação para a Saúde em Meio Escolar, que facilitem a implementação aprofundada de narrativas específicas, com impacto nos conhecimentos, atitudes e competências socio-emocionais identificadas pelo aplicador como necessárias a desenvolver no grupo-alvo da intervenção.

Enquanto objetivos específicos pretende-se:

(1) Solidificar conhecimentos teórico-práticos na área da Prevenção / Promoção e Educação para a Saúde em diferentes temas de acordo com a narrativa que serve de base à formação de aprofundamento;

(2) Reforçar competências e treinar metodologias para a abordagem dos temas específicos integrados na narrativa que serve de base à formação de aprofundamento;

(3) Consolidar a integração dos conhecimentos adquiridos na intervenção a realizar junto de grupos de adolescentes e jovens, segundo um planeamento construído no decurso de exercícios integrados na formação e com acompanhamento técnico e supervisão;

(4) Cimentar a implementação dos procedimentos avaliativos do Programa "Eu e os Outros", proporcionando a análise de resultados da intervenção efetuada.

- Conteúdos Programáticos

A formação está organizada em três Módulos que se desenvolvem com os seguintes propósitos: (1), consolidação das bases teóricas e estruturais do programa, das regras de aplicação, dos conteúdos a explorar, dos procedimentos avaliativos, etc. (formação presencial); (2), planeamento e acompanhamento técnico à aplicação do programa, em contexto de trabalho; (3), de aplicação da narrativa selecionada junto ao grupo alvo, de acordo com o planeamento definido (trabalho em autonomia). O segundo e o terceiro módulos desenvolvem-se concomitantemente. O programa apresenta a seguinte estrutura:

Módulo I – Formação Presencial de Base (15 horas)

Sessão 1 – Apresentação do Projeto "Eu e os Outros" e da sua Fundamentação Teórica;

Sessão 2 – Temas a desenvolver através da Narrativa Interativa que serve de base à formação de aprofundamento

Sessão 3 – Metodologia de Implementação da Narrativa Interativa que serve de base à formação de aprofundamento

Sessão 4 – Avaliação final da formação e elaboração do Relatório Final de Avaliação Sumativa

Módulo II – Acompanhamento Técnico em Contexto de Trabalho (3 horas)

Sessão 1 – Planificação da Implementação do Programa – definição do grupo alvo, necessidades e objetivos, regularidade da intervenção e calendarização;

Sessão 2 – Avaliação das sessões implementadas e Planificação de novas aplicações;

Sessão 3 – Avaliação das sessões implementadas e Planificação de novas aplicações;

Módulo III – Formação Não Presencial de Aplicação em Autonomia (12 horas)

Sessão 1 a 7 – Aplicação do Programa "Eu e os Outros" de acordo com o planeamento desenvolvido no âmbito do acompanhamento técnico em contexto de trabalho.

O módulo III deve prever sessões adicionais para a aplicação dos instrumentos de avaliação do impacto da intervenção que poderão acontecer na sequência das sessões 1 e 7 se o tempo atribuído a estas for alargado para contemplar este processo. Caso contrário deverão ser definidos na calendarização dois momentos adicionais neste módulo.

g. Métodos e Técnicas Pedagógicas

A metodologia definida para a Formação "Eu e os Outros" integra técnicas e métodos diversificados, privilegiando a componente prática como forma de facilitar a aquisição de saberes pelos(as) formandos(as). A título de exemplo podemos 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.

No âmbito da presente Formação o SICAD/ARS,I.P. disponibiliza: (a) as narrativas a utilizar em suporte informático; o Manual do Programa "Eu e os Outros"; (b) as Fichas de Caracterização da Instituição e do Grupo de Aplicação; a Ficha de Planeamento da intervenção, a Ficha de Sessão (Planeamento e Avaliação); (c) um serviço de atendimento telefónico através da Linha Vida – SOS Droga como suporte para a elaboração de dinâmicas de grupo e para o esclarecimento de dúvidas relacionadas com o Programa "Eu e os Outros" durante a aplicação do Projeto pelos(as) formandos(as); (d) o *site* "tu, alinhas?", como recurso em termos de informação relacionada com os conteúdos abordados no Programa.

h. Creditação da Formação

Os projetos formativos delineados para o Programa Eu e os Outros foram objeto de um pedido de creditação do SICAD junto ao CCPFC visando proporcionar aos formandos docentes um reconhecimento pelo desenvolvimento da intervenção. Este facto tem por consequência que o aplicador docente é diferenciado dos aplicadores de outros grupos profissionais para os quais o reconhecimento apenas pode ser dado através da atribuição de um certificado de participação. Uma segunda implicação da creditação da formação junto do CCPFC prende-se com as regras específicas impostas por este organismo, nomeadamente ao nível da dimensão dos grupos e dos procedimentos avaliativos.

Na realidade observada nas diferentes UIL do país, verifica-se que nem sempre predominam os docentes nos grupos de formação, ou nem sempre os docentes envolvidos manifestam interesse na obtenção dos créditos inerentes a uma formação. Deste facto resulta que os projetos formativos

podem ser creditados, não creditados ou mistos, isto é, envolvendo formandos docentes e formandos não docentes.

Independentemente da sua constituição e tendo em conta a fidelidade que a implementação do Programa deve ter, os projetos formativos não podem divergir em termos de carga horária, métodos ou conteúdos abordados. Cabe ao formador garantir a maior conformidade possível com a estrutura formativa que anteriormente foi apresentada.

i. Avaliação dos Formandos

Para efeitos da certificação das competências adquiridas por cada formando(a), terá que se ter em conta os seguintes critérios:

- Garantir a assiduidade, sendo que as faltas dos (as) participantes são limitadas a um máximo de um terço (1/3) das Sessões Presenciais Conjuntas (Módulo I) de Formação;
- Revelar capacidade de autorresponsabilização face ao cumprimento dos tempos definidos, trabalhos propostos, integração e interação com o grupo;
- Atingir os objetivos definidos no Programa da Formação "Eu e os Outros";
- Produzir o Relatório Final de Avaliação da implementação do Programa "Eu e os Outros", do qual devem constar todas as fichas requeridas e corretamente preenchidas, bem como uma reflexão final.

A classificação **final** é obtida numa escala de 1 a 10 valores e resulta da aplicação da seguinte fórmula para uma média ponderada: Classificação Final = Avaliação Inicial (10%) + Avaliação Contínua (30%) e Avaliação Final (60%) entendendo-se por **Avaliação Inicial (AI) o preenchimento da** Ficha de Planeamento da Aplicação), por **Avaliação Contínua (AC)** a participação ao longo de Todos os Módulos presenciais e por **Avaliação Final (AF)** a Elaboração de Relatório Final.

Escala Quantitativa	Escala Qualitativa
1 a 4,9 valores	Insuficiente
5 a 6,4 valores	Regular
6,5 a 7,9 valores	Bom
8 a 8,9 valores	Muito Bom
9 a 10 valores	Excelente

Quadro - Critérios para a Avaliação do Relatório Final

Componentes	Critérios	Pontuação
Relatório entregue dentro do prazo estipulado*	Por cada dia útil de atraso devem ser retirados 0,05 pontos	1
Do Relatório consta a Ficha de Caracterização do Grupo devidamente preenchida	A Ficha deve estar corretamente preenchida	0,5
Do Relatório consta a Ficha de Planeamento da Intervenção	A Ficha deve estar corretamente preenchida	1,5
Do Relatório constam todas as Fichas de Sessão devidamente preenchidas	As Fichas devem estar corretamente preenchidas e nelas devem constar as justificações para as diferenças identificadas entre o planeamento e a avaliação da sessão	3, 5
Do Relatório a descrição dos procedimentos de aplicação dos Questionários de avaliação pré e pós intervenção junto aos jogadores ou a grupos de controlo	Garantia de que os questionários foram respondidos	2
Do Relatório consta uma reflexão final até três páginas A4	Deverá ser autorreflexiva e conter igualmente críticas ao projeto	1,5
Total		10

Deverá ter o seguinte entendimento: por cada dia útil de atraso deve ser retirado 5% da pontuação adstrita. Por exemplo: 1 dia útil = 5%; 2 dias úteis = 10%; …; 10 dias úteis = 50%, o que corresponde a 0,5 pontos do valor atribuído a esta componente; …; 20 dias úteis = 100%, o que corresponde a 1 ponto (valor total da Componente).

j. Avaliação da Formação

No decorrer da implementação da presente Formação são recolhidos dados para mensuração da qualidade formativa das atividades desenvolvidas através da aplicação de instrumentos técnico-pedagógicos junto:

- **Aos formadores –** Elaboração de relatório final da ação de formação o qual integra, para além de outras informações relevantes quanto à execução física, a análise – no mínimo descritiva – do levantamento de dados efetuado através da aplicação dos instrumentos acima mencionados.
- **Aos Formandos –** (a) Avaliação da Componente presencial (Módulo I), (b) Avaliação Pós-Formação (no final dos 3 módulos de formação), (c) e mediante a produção de um relatório, conforme definido e explicitado durante a formação.

Os dados recolhidos deverão ser tratados e reunidos no "Relatório de Avaliação Final" (no caso da formação creditada no prazo de 90 dias após fim de cada ação) e enviar ao CCPFC (ccpfc@ccpfc.uminho.pt), com conhecimento às DICAD das ARS,I.P. e ao SICAD (eu.outro@sicad.min-saude.pt e empeco.formacao@sicad.min-saude.pt); recomenda-se igualmente o envio por correio (Rua do Forno, n.º 30 1º andar, Apartado 2168 – 4700 – 429 Braga) em carta registada; a elaboração deste relatório inclui a disponibilização formal por parte do SICAD de explicação teórico-prática da análise do instrumento de avaliação de resultados para a DICAD poder fazer devolução de resultados por entidade/grupo alvo/aplicador.

Em anexo ao relatório deverá ser mantida uma cópia do dossier pedagógico no qual estará reunida toda a informação que proporcione a um auditor a compreensão plena de todo o processo formativo.

k. Organização dossier técnico pedagógico

A fim de evitar que os dossiers pedagógicos das diferentes formações ministradas no âmbito do Programa Eu e os Outros sejam organizados de formas muito diversas, estrutura-se no quadro que abaixo se apresenta uma organização da documentação necessária, independentemente do nível da formação, quer no que diz respeito à formação creditada, quer à não creditada, incluindo a avaliação de processo e avaliação de resultados do Programa:

Quadro de Documentos a incluir no Dossier Pedagógico numa formação do Programa "Eu e Os Outros"

DOSSIER TÉCNICO PEDAGÓGICO (DTP) FORMAÇÃO CREDITADA (FC) E NÃO CREDITADA (FNC)				
DOC's	**DESIGNAÇÃO**	**OBRIGATORIADADE NO DTP**	**RESPONSÁVEL P/ PREENCHIMENTO**	**NOTAS**
0 Dossier técnico pedagógico	Índice para dossier	Obrigatório	Organizado e impresso pelo formador	Incluir doc. CCPFC com validação da creditação
1 Equipa de formadores	1. Ficha de Identificação Técnico de Suporte – formador	Obrigatório	Preenchida pelo formador	Na FC deverá apenas constar os dados de formadores creditados
	Anexos (BI, NIF ou CC, súmula curricular, certificado CCPFC)	Obrigatório	Formador é responsável pelo arquivo	
2 Doc de organização da formação	1. Programa de formação	Obrigatório	O formador deve imprimir, distribuir uma cópia a cada formando e arquivar	Pedir-se código de ação ao SICAD com 15 dias de antecedência.
	2. Compromisso de participação	Obrigatório	A instituição deverá assinar e aceitar as condições apresentadas. O formador é responsável pela adaptação a cada instituição e arquivo.	
3 Cronogramas	1. Calendarização/ Cronograma	Obrigatório	O formador é responsável pelo preenchimento e arquivo	Inclui formação e monitorização
4 Grupo de formandos	1. Ficha de Inscrição Aplicador –	Obrigatório	O formando preenche e o formador é responsável pelo arquivo	

DOSSIER TÉCNICO PEDAGÓGICO (DTP) FORMAÇÃO CREDITADA (FC) E NÃO CREDITADA (FNC)				
DOC's	DESIGNAÇÃO	OBRIGATORIADADE NO DTP	RESPONSÁVEL P/ PREENCHIMENTO	NOTAS
	Formando			
	2. Processo de Recrutamento e Seleção	É obrigatório só na FC, caso o número de vagas seja excedido	O formador preenche e arquiva	
	3. Lista de Formandos	Obrigatório	O formador preenche e arquiva	
5 Doc téc. Pedag. de apoio à formação	1. Folha de Ocorrências	Obrigatório, só na FC	O formador é responsável pelo arquivo. Documento preenchido pelos formandos.	Ter sempre pelo menos 1 exemplar em branco no dossier
	2. Folha de Reclamações/ Sugestões	Obrigatório, só na FC	O formador é responsável pelo arquivo. Documento preenchido pelos formandos.	Ter sempre pelo menos 1 exemplar em branco no dossier
	3. Folha de Presenças e Sumários	Obrigatório	O formador é responsável por garantir assinaturas e arquivo	Deve-se colocar sempre sumário, preenchido pelo (s) formador (es). Uma folha por cada sessão realizada
	4. Programa de formação alargado com planeamento das sessões formativas) e apresentações de suporte às sessões	Obrigatório Programa de formação alargado Sessões: I, II, III, IV, V, VI, VII, VIII e IX	Obrigatório colocar no DTP, tendo por base PPT modelo de cada sessão	O formador é responsável pela adaptação, apresentação, envio aos formandos e arquivo.
	5. Questionário Avaliação do módulo I	Obrigatórios, mas basta só o 6 na FNC	Os formandos preenchem-nos; o formador é responsável pela análise e arquivo.	Aplicar após a 8ª sessão do Módulo I
6 Doc's Fichas Eu e os O Caracterização e Aplicação (incluir consentimento informado aos encarregados educação)	1. Ficha de Caraterização do Grupo de Aplicação	Obrigatório – deve integrar o relatório final de avaliação do formando	Formando (Formador deve arquivar uma cópia no DTP)	
	2. Ficha de Planificação da Intervenção	Obrigatório – deve integrar o relatório final de avaliação do formando	Formando (Formador deve arquivar uma cópia no DTP)	
	3. Ficha de Planeamento e Avaliação de Sessão	Obrigatório – deve integrar o relatório final de avaliação do formando	Formando (Formador deve arquivar uma cópia no DTP)	
7 Doc's Ficha de acompanhamento	1. Ficha de Acompanhamento (mais ficha de suporte à monitorização)	Opcional – módulo II da monitorização	Formandos e formador têm que assinar. O formador é responsável pelo preenchimento, análise e respetivo arquivo.	
	2. Quadro síntese de monitorização	Obrigatório	Ficha síntese de presenças por reunião de monitorização	
8 Doc's de Avaliação de Resultados e	1. Avaliação de satisfação dos jogadores	Obrigatório	Os formandos são responsáveis pela recolha e introdução de dados. O	

DOSSIER TÉCNICO PEDAGÓGICO (DTP) FORMAÇÃO CREDITADA (FC) E NÃO CREDITADA (FNC)				
DOC's	DESIGNAÇÃO	OBRIGATORIADADE NO DTP	RESPONSÁVEL P/ PREENCHIMENTO	NOTAS
Processo Jogadores			formador é responsável pela análise, arquivo e enviar uma cópia da base de dados ao SICAD	
	2. Avaliação de resultados 1 - Questionário (0): histórias 1, 2, (Universal) 3, 5, 6 7, 9; 2- Questionário (2): história 2 (só Prevenção Indicada); 3 - Questionário (4): da história 4 4 - Questionário (8): da história 8	Obrigatório	Os formandos são responsáveis por organizar a recolha de pré e pós teste e introdução na base de dados. O formador é responsável pela explicação da codificação análise, arquivo e envio de uma cópia da base de dados ao SICAD	
9 Avaliação Formandos	1. Questionário Pós-formação	Obrigatório	O formador é responsável pela análise e arquivo	
	2. Grelha de Presenças dos Formandos Módulo I e II	Recomendado	O formador é responsável por esta sistematização	Grelhas diferentes por módulo formação teórica (I) e monitorização (II)
	3. Grelha Síntese – Planeamento e Organização da Formação	Recomendado, só na FC	O formador é responsável pelo preenchimento e respetivo arquivo.	
	4. Grelha de Classificação dos Formandos	Obrigatório, só na FC, mas recomendado para a FNC		4.1. Exemplo grelha de suporte à avaliação dos formandos (anexo)
10 Relatório de Avaliação Final dos Formandos	1. Relatório Base organizado conforme informação transmitida no decurso na 9ª sessão do programa de formação.	Obrigatório	Os formandos são responsáveis pela realização do mesmo. O formador é responsável pela análise e arquivo.	
11 Certificados e Declarações	1. Lista de n.º sequencial de Certificados de Formandos	Obrigatório	O formador é responsável pela atribuição do n.º sequencial de acordo com n.º de código de ação requisitado previamente	
	2. Certificado do Formando	Obrigatório quando preenchidos os requisitos	O formador deve elaborar os certificados e enviá-los ao SICAD para assinatura, com conhecimento ao DICAD. O DTP deverá apresentar cópia de todos os Certificados emitidos	

DOSSIER TÉCNICO PEDAGÓGICO (DTP) FORMAÇÃO CREDITADA (FC) E NÃO CREDITADA (FNC)				
DOC's	DESIGNAÇÃO	OBRIGATORIADADE NO DTP	RESPONSÁVEL P/ PREENCHIMENTO	NOTAS
	3. Declaração do Formando	Emitida quando solicitada pelo próprio e no caso de não estarem reunidas as condições para a obtenção do Certificado	O formador deve elaborar as declarações e enviá-los ao SICAD para assinatura, com conhecimento ao DICAD. O DTP deverá apresentar cópia de todos os Certificados emitidos	
	4. Declaração do Formador	Obrigatório	O formador deve elaborá-la e ser enviada para SICAD para assinatura, com cc DICAD. O DTP apresentar cópia de todas as declarações emitidos	
12 Relatório de Avaliação Final dos formadores	Base Relatório Formadores	Obrigatório o uso do modelo com adaptação de logotipo. Obrigatória a produção do Relatório e envio ao SICAD com conhecimento à DICAD. No caso da FC envio para o CCPFC com conhecimento à SICAD e DICAD.	O formador é responsável pela produção e arquivo em DTP. No caso de FC: Deverá ser remetido para o CCPFC até 90 dias após o término da formação. O Relatório deverá ser enviado por CTT e por correio eletrónico (ccpfc@ccpfc.uminho.pt)	Sugere-se o envio através de carta registada com aviso de receção: Conselho Científico e Pedagógico de Formação Contínua (CCPFC) Rua do Forno, nº30, 1º - apartado 2168. 4700 - 429 Braga
13 Correspondência	Recomendado na FC e na FNC	O formador é responsável pela produção e arquivo em DTP		A correspondência relativa à ação de formação, deve ser guardada uma cópia no Dossier Pedagógico, organizada por data (sugere-se que da mais antiga para a mais recente) inclui propostas, ofícios, faxes, correio eletrónico ou outras.

I. Emissão dos Certificados/Diplomas

Após a concretização da ação de formação e verificados todos os critérios obrigatórios para a avaliação dos formandos, será necessário solicitar, junto ao SICAD/DGE consoante a entidade gestora da formação em curso, a emissão da certificação a qual requer o envio dos dados que confirmem a execução da ação, tendo por base o ficheiro EXCEL (*Indicadores e Certificação_E&O)*.

O certificado deve ter descrito a carga horária de formação, monitorização e aplicação. Caso algum formando não cumpra todos os objetivos anteriormente referidos mas tenha feito a formação teórica

(módulo I), poderá ser-lhe passada uma declaração de frequência da formação, esclarecendo na mesma que o formando não é apto para ser aplicador.

Sublinha-se que a emissão dos certificados / declarações requerem dados pessoais do aplicador, integrados na ficha de inscrição e que a ausência ou a desatualização dos mesmos, impossibilita a sua emissão. O responsável da formação deverá estar atento aos elementos mais frequentemente omissos, nomeadamente o número de identificação pessoal e a validade do referido documento.

A entidade emissora da certificação recorrerá a um dos três Modelos de Certificados consoante a situação do formando:

- Modelo I – Certificado de formação profissional para a acreditação CCPFC;

- Modelo II - Certificado de formação profissional para a acreditação curricular não docente;

- Modelo III – Declaração de frequência de formação profissional (não confere competência de aplicador do Programa Eu e os Outros)

5.3. Articulações no âmbito do Projeto Formativo

A implementação do Projeto Formativo do Programa Eu e os Outros poderá envolver um trabalho de articulação com estruturas externas aos serviços de saúde. De modo a que esse trabalho de articulação não introduza variantes que desvirtuem a fidelidade do referido projeto clarificam-se neste ponto os limites ou os processos pelos quais as articulações deverão ser geridas.

a. Com Centros de Formação

Os centros de formação locais têm sido parceiros de algumas das equipas de formação, na implementação dos processos de formação. Esta parceria, tendo em conta que a creditação da formação é da exclusividade do SICAD e/ou da DGE, deve limitar-se ao plano logístico da divulgação, inscrição e manutenção do dossier pedagógico se no âmbito da relação entre as partes, for assumida disponibilidade para tal. Em condição nenhuma, um centro de formação poderá submeter ao CCPFC uma candidatura em seu nome para o desenvolvimento do programa de formação Eu e os Outros.

b. No âmbito da parceria com a DGE

Tendo por base a gestão conjunta da formação do Programa Eu e os Outros, a articulação com a DGE deverá obedecer sempre a um circuito Equipa de Prevenção ↔ Coordenação Regional do Programa (DICAD das ARS,I.P.) ↔ Coordenação Nacional do Programa (SICAD) ↔ Direção Geral de Educação.

A entrada em vigor do protocolo de colaboração que envolverá a cedência do projeto formativo à DGE, envolverá a adoção de um conjunto de procedimentos associados ao modo como esta entidade gere as formações que ministra.

6. PROCESSO DE AVALIAÇÃO

Os procedimentos de avaliação são essenciais para o reconhecimento de rigor e cientificidade da intervenção. por parceiros nacionais e internacionais enquanto boa prática, garantindo a demonstração dos resultados obtidos e permitindo a reflexão para a seleção e melhoria das práticas adotadas.

A avaliação deverá decorrer a três níveis que se sobrepõem no tempo e envolvem múltiplos atores: o nível diagnóstico, o nível processual e o nível de resultados/impacto.

6.1. Avaliação Diagnóstica

Este procedimento deve colocar-se a quatro níveis. Ao nível da **coordenação central do SICAD**, envolvendo o levantamento de necessidades nacionais, mediante a sua articulação com os seus parceiros da Saúde (DGS, ARS,I.P./DICAD), e com outros parceiros (ME/DGE, IPDJ, CIG, ANSR, PSP entre outros). As necessidades a levantar podem ir no sentido das problemáticas que requerem investimento prioritário (para além dos problemas ligados ao consumo de substâncias psicoativas, perturbações ligadas à vivência da sexualidade, perturbações do comportamento alimentação, exercício e saúde, abandono escolar, maus tratos e violência no namoro, acidentes rodoviários, entre outros) os conteúdos a abordar dentro das problemáticas selecionadas, as parcerias estratégicas para a abordagem das mesmas, as necessidades de formação, etc.

Ao nível regional cabe às DICAD das ARS,I.P. identificar as necessidades regionais no plano preventivo, os recursos disponíveis, as necessidades formativas e em articulação com o SICAD traçar o planeamento anual de implementação do Programa Eu e os Outros.

A nível local, cabe às UIL, desenvolver o diagnóstico de necessidades às quais o Programa Eu e os Outros possa vir a dar resposta. Esse diagnóstico poderá ser integrado no âmbito dos procedimentos do PORI ou ser autónomo deste procedimento assumindo um caráter mais universal respondendo não a riscos identificados mas à necessidade de manter os fatores de proteção elevados em populações onde o risco não é considerado significativo. Deverá igualmente envolver a identificação de parceiros e recursos disponíveis para ir ao encontro das necessidades identificadas. Em função das problemáticas selecionadas, o diagnóstico deverá identificar as necessidades formativas que permitam uma abordagem mais consistente aos conteúdos a abordar. Essa informação deverá naturalmente ser transmitida à Coordenação Regional das DICAD das ARS,I.P. para que em articulação com o SICAD os conteúdos possam vir a ser integrados nos programas formativos de reciclagem a definir em cada ano.

Finalmente **a nível institucional**, cabe às entidades que requerem a sua integração no Programa Eu e os Outros, identificar no seu seio, as problemáticas que requerem uma intervenção, os grupos-alvo e as condições (humanas, físicas e temporais) disponíveis para a intervenção

6.2. Avaliação Processual

Este procedimento deverá abranger todos os passos da implementação do programa desde o diagnóstico à sua avaliação final. Para esse efeito foram definidos um conjunto de instrumentos que ajudam o Técnico de Suporte a reunir a informação necessária para a caraterização da intervenção.

i. Codificação

O primeiro passo deste procedimento diz respeito à **codificação**, essencial para que seja possível emparelhar os resultados do pré-teste e do pós-teste, sem que seja posto em causa o anonimato dos respondentes, permitindo-se desta forma que os sujeitos tenham direito a confidencialidade no preenchimento do protocolo de avaliação de resultados. É um procedimento essencial e com o qual se deve ter o máximo de cuidado, pois caso a codificação seja mal atribuída os emparelhamentos entre pré e pós-teste poderão não ser os corretos, inviabilizando-se todo o processo de avaliação.

Exemplo de Código

Região			Instituição		Aplicador		Jogador
R	N	1	0	1	0	1	RM2502

- As bases de dados de todas as fichas e questionários de preenchimento, vai encontrar no cimo da folha um espaço para a colocação de um código.
- O código é composto por: código da região (CRI/UIL), da instituição, do aplicador, e, por fim, a codificação atribuída ao jogador. As codificações deverão ser atribuídas aquando do preenchimento das fichas de identificação.

Para o preenchimento do **código da Região**, deverá obedecer à listagem abaixo enunciada:

ARS,I.P. DO NORTE - RN	CÓDIGO
CRI Viana do Castelo	RN1
CRI de Braga	RN2
CRI de Bragança	RN3
CRI de Vila Real	RN4
CRI Ocidental do Porto	RN5
CRI Oriental do Porto	RN6
CRI Central do Porto	RN7

PIAC	RN8
Núcleo Operacional de Prevenção	RN9
Unidade de Alcoologia	RN10

ARS,I.P. DO CENTRO - RC	CÓDIGO
CRI de Aveiro	RC1
CRI de Coimbra	RC2
CRI de Castelo Branco	RC3
CRI da Guarda	RC4
CRI de Leiria	RC5
CRI de Viseu	RC6

ARS,I.P. DE LISBOA E VALE DO TEJO - RL	CÓDIGO
CRI de Lisboa Oriental	RL1
CRI de Lisboa Ocidental	RL2
CRI do Oeste	RL3
CRI da Península de Setúbal	RL4
CRI do Ribatejo	RL5
UA / UD Taipas	RL6

ARS,I.P. ALENTEJO - RA	CÓDIGO
CRI de Évora	RA1
CRI de Portalegre	RA2
CRI do Baixo Alentejo e Alentejo Litoral	RA3

ARS,I.P. ALGARVE - RG	CÓDIGO
CRI do Algarve	RG1

OUTRAS REGIÕES - RO	CÓDIGO
RAM Madeira	RO1
RAM Açores	RO2
Outra	RO3

- O **código da instituição** será também atribuído pelo CRI/UIL, trata-se da atribuição de um número que represente aquela escola/instituição, face à região a que se encontra, essa codificação será atribuída dentro do CRI/UIL. A ordenação das instituições é contínua dentro de cada CRI/UIL, não dependendo do Técnico de Suporte que lhes dá apoio. Quando um número é atribuído a uma instituição ele manter-se-á exclusivo dessa instituição

independentemente desta se manter ou não ativa. Deste modo, os resultados obtidos nessa instituição poderão ser sempre comparáveis ano após ano independentemente de haver períodos de interregno na aplicação do Programa.

Exemplo: A Escola Básica 2/3 de Santa Marinha será suportada tecnicamente pelo CRI do Porto Central. O código que lhe será atribuído será o RN7/01. Já o ATL da Associação "Os Galitos" que será acompanhado pelo mesmo CRI receberá o código RN7/02. O código da instituição (nº de ordem dentro das instituições acompanhadas por um determinado CRI) é exclusivo e uma vez atribuído não é retirado mesmo que a instituição deixe de aplicar o programa. Deste modo, uma leitura simples dos códigos poderá dar a informação automática sobre o número de instituições que um CRI já dinamizou no âmbito deste programa.

- O **código do aplicador** será igualmente atribuído pelo CRI/UIL, trata-se da atribuição de um número de ordem do aplicador na Base de dados do CRI/UIL. A ordenação dos aplicadores é contínua dentro de cada CRI/UIL, não sendo renovado cada ano. Assim, quando um número é atribuído a um aplicador ele manter-se-á exclusivo do mesmo independentemente deste suspender a sua participação ou mudar de escola dentro da área geográfica coberta pelo CRI/UIL. Tal já não se verificará caso mude de área geográfica devendo nessa circunstância receber um novo número de código dentro da base de dados do novo CRI/UIL para onde se mude.
- O **código do jogador** é o conjunto da sequência de código anterior, acrescida do código do jogador. O código do jogador pode ser definido a partir da primeira letra do nome e do apelido acrescidas do dia de aniversário.

Exemplo: A Margarida Nascimento, que faz anos a 21 de janeiro e é aluna da Escola Básica 2º/3º ciclo de São João, vai ser dinamizada pela aplicadora Maria de Amélia que terá o suporte técnico do CRI do Porto Central receberá o código RN7/01/02/MN2101. Já a aluna Joana Rita Neves, que faz anos a 9 de maio e anda na Escola Secundária Alberto Magalhães dinamizada pelo aplicador Francisco Ferreira com o suporte apoio técnico do CRI do Porto Central receberá o código RN7/02/03/JN0905 (nota: quando o dia do mês apenas tem um dígito deverá ser incluído o zero previamente).

Uma segunda alternativa passará pela adoção do seu número de aluno na turma, simplificando o código do jogador, mas aumentando o risco de duplicação de códigos caso o mesmo aplicador esteja a aplicar em mais do que um grupo na mesma instituição.

A partir do momento que os códigos estão atribuídos, o CRI, a Instituição e o Jogador, terão esta codificação como meio de identificação, pelo que não devem ser perdidos os códigos após a sua atribuição. Como a atribuição dos códigos é feita aquando o preenchimento das fichas de identificação, estes devem ficar aí registados.

É muito importante nunca esquecer de colocar o código respetivo em todas as folhas de preenchimento, quer seja no pré-teste, quer no pós-teste, quer ainda quando é possível concretizar o follow-up, de forma a ser possível o emparelhamento das fichas preenchidas pelos participantes.

ii. Fichas de Identificação

As fichas de identificação dividem-se em:

(1) Ficha de Identificação do Técnico de Suporte/Formador do CRI/UIL na qual são identificados os técnicos de apoio. Nessa ficha deverá ser identificado o código do CRI/UIL, ao qual se acresce o nome, data de nascimento, habilitação e contactos (telemóvel e e-mail) e outros dados relativos à experiência do técnico.

(2) Ficha de Inscrição de Aplicador-Formando. Aos códigos anteriores acresce-se agora o código do aplicador, recolhendo-se deste o nome, data de nascimento, contactos, formação de base, experiência prévia.

(3) Ficha de Caraterização do Grupo. Associando todos os códigos anteriores, esta ficha descreve o grupo inserindo o código dos jogadores (Iniciais do nome seguidas do dia de aniversário), género, idade, turma, existência de retenções ou de necessidades educativas especiais.

iii. Fichas de Acompanhamento

As fichas de acompanhamento destinam-se a sistematizar a informação referente à implementação do Programa e traduzir a avaliação de cada sessão por comparação com um planeamento prévio. As fichas dividem-se entre:

(1) Ficha de Planeamento da intervenção**.** Define o enquadramento da intervenção e traça genericamente como decorrerá a intervenção, a ser preenchido por grupo de aplicação e por história a aplicar. Os dados recolhidos nesta ficha indicam o nome da instituição, o n.º de sessões previsto, o n.º de participantes e de aplicadores. A caracterização do grupo, temas, objetivos e tempo de intervenção e a narrativa a aplicar.

(2) Ficha de Sessão - Planeamento e Avaliação. Define os objetivos do aplicador para uma sessão específica em função da narrativa em aplicação. Define os temas a trabalhar, os parágrafos a abranger e outras atividades planificadas por sessão, nomeadamente a discussão de tarefas solicitadas para o período entre sessões, a pesquisa de sites, a aplicação de dinâmicas ou o recurso a materiais complementares. Engloba ainda uma avaliação da sessão, onde se deverá descrever os temas trabalhados, a sequência dos parágrafos trabalhados e as atividades desenvolvidas. Bem como um balanço qualitativo e quantitativo da sessão realizada.

As sessões de acompanhamento funcionam com base nesta última ficha, explorando a avaliação das sessões já concretizadas e analisando o planeamento das sessões futuras.

(3) Questionário de pós-formação – é, naturalmente, a última ficha e permite ao aplicador avaliar o modo como a implementação do programa decorreu, retomando alguns das questões da ficha de planeamento inicial e solicitando uma análise entre o esperado e o concretizado. Nesta ficha o aplicador deverá avaliar as condições de implementação, a participação do grupo sujeito, a avaliação subjetiva da evolução do grupo dentro dos objetivos inicialmente traçados bem como o

suporte técnico recebido, concluído com a projeção no futuro e a definição de intenções em termos de continuidade e necessidades identificadas em função desse desejo de continuidade.

iv. Questionários de avaliação de resultado

Um último grupo de instrumentos diz respeito à avaliação de resultados. Para tal foram construídos 4 questionários com uma estrutura semelhante, variando na incidência sobre narrativas específicas de acordo com as substâncias a abordar. Assim para além de um questionário transversal, foram criados mais três:

(1) Questionário 0 (transversal) – deve-se aplicar nas histórias 1, 2 (prevenção universal), 3, 5, 6, 7 e 9; http://questionarios.sicad.min-saude.pt/limesurvey/index.php?sid=17286&lang=pt

(2) Questionário 2 - dirigido à narrativa dedicada à cannabis (só se aplica em grupos de aplicação de prevenção seletiva e/ou indicada);

(3) Questionário 4 – dirigido à narrativa 4 dedicada às dependências sem substância;

(4) Questionário 8 – dirigido às narrativas dedicadas ao álcool. http://questionarios.sicad.min-saude.pt/limesurvey/index.php?sid=48357&lang=pt

A estrutura dos questionários inclui áreas como o conhecimento sobre as substâncias, atitudes e expectativas face às mesmas, comportamento de consumo, consequências do mesmo, perceção de autoeficácia para a gestão de situações ligadas ao consumo e finalmente competências socioemocionais.

Estes questionários devem ser aplicados antes e depois da intervenção. O tempo médio de preenchimento do questionário ronda o tempo de uma sessão (50 minutos) dependendo do grau de autonomia do grupo. Sugere-se que a aplicação dos mesmos se inicie com uma explicação da importância do procedimento no sentido de valorizar as respostas que irão ser dadas enquanto base de melhoramento do programa. É solicitado que a resposta seja honesta e que seja preferível não responder do que dar respostas falsas que enviesarão os resultados. Deverá ser dado grande enfase ao facto de se desejar que as respostas sejam anónimas. Os dados solicitados (iniciais do nome e data de aniversário ou o número de aluno) não permitem a quem proceda ao tratamento dos dados identificar os seus autores. O procedimento, prevê a resposta através de questionário *online* que evitará que o aplicador ou qualquer outro profissional da instituição na qual o programa está a ser aplicado, tenha contacto com as respostas dadas.

A resposta *online* funcionará através do acesso a um endereço eletrónico no qual o utilizador poderá responder individualmente com os dados a verterem diretamente para uma base de dados. Este procedimento implicará que os Técnicos de Suporte avaliem com os aplicadores a viabilidade da utilização deste recurso. Sugere-se naturalmente o recurso às salas TIC de modo a permitir que os jogadores acedam aos computadores em pequenos grupos que sejam acompanhados no preenchimento dos questionários.

Quando tal não for possível, deverão ser criadas condições para que os questionários, uma vez respondidos, sejam colocados pelos próprios num envelope que será selado pelo último respondente. Os aplicadores entregarão o envelope selado aos Técnicos de Suporte que os entregarão a outros aplicadores para a sua introdução evitando deste modo que os aplicadores lancem os dados do seu próprio grupo de aplicação.

Durante o processo de aplicação dos questionários o aplicador deverá ler as questões para que todos os jogadores possam compreendê-las, responder e ir avançando no questionário ao mesmo tempo. Se for possível que o questionário seja projetado durante o preenchimento poderá permitir ao aplicador ser mais claro nas explicações que seja chamado a dar sobre o instrumento.

Idealmente o procedimento de avaliação de resultados deverá envolver uma aplicação do questionário 6 meses após o pós teste por forma a avaliar a consistência no tempo das mudanças verificadas (follow-up). Este procedimento incidirá apenas sobre um número reduzido de grupos alvo escolhidos por conveniência em função das condições disponíveis.

Do mesmo modo o procedimento de avaliação de resultados deverá envolver a recolha de dados junto a um **grupo controlo** que será submetido à aplicação do questionário pré e pós teste e follow-up, nos mesmos momentos em que os grupos que serão objeto de intervenção. A definição da dimensão e constituição deste grupo controlo é variável consoante a realidade local. Vários cenários se poderão colocar:

1. uma implementação limitada do projeto com interesse de representatividade institucional. O grupo controlo poderá ter a mesma dimensão que o grupo intervencionado, emparelhando as amostras, respeitando as características como a idade, o nível socioeconómico.

2. uma implementação maciça numa instituição situação que impossibilita que o grupo controlo seja recolhido no seio da própria. Neste caso o grupo controlo poderá ser escolhido em instituições similares da mesma área geográfica mantendo-se o respeito pelas características anteriormente referidas. A dimensão do grupo controlo não deverá neste caso ser emparelhada justificando-se a estratificação do grupo intervencionado (por exemplo, dividir o grupo em níveis de escolaridade, ou tipos de ensino, intervalos de idade, etc.) e garantir um grupo controlo com um mínimo de 40 elementos por estrato. A definição deste número prende-se com a possibilidade de aplicação de medidas de comparação estatística mais robustas e com a gestão do risco de *dropouts* de elementos do grupo controlo entre as aplicações.

3. Numa perspetiva local a definição do grupo controlo deverá resultar da aplicação dos princípios anteriores. Havendo várias instituições a aplicar e tendo sido assumido a preocupação de representatividade institucional, estará automaticamente garantida a representatividade do trabalho desenvolvido pela UIL. Não havendo essa preocupação, a UIL deverá garantir igualmente a estratificação das intervenções que leva a cabo na sua área geográfica e garantir um mínimo de 40 elementos por estrato no grupo controlo.

4. Finalmente, aplica-se ao plano regional o que foi anteriormente definido para o plano local. Se são cumpridos os princípios de representatividade local, então estará garantida a representatividade regional. Caso tal não aconteça, então o processo de estratificação deverá ser assegurado em função de critérios partilhados e definidos previamente ao início da intervenção. De novo deverá ser garantido um número mínimo de 40 elementos por estrato.

5. O avaliador deverá ter o cuidado de, ao definir o grupo controlo, não comparar grupos de natureza diferentes nomeadamente grupos de formação profissional com ensino básico, ou com turmas PIEF, grupos institucionalizados com jovens não institucionalizados, exceto se a avaliação for integrada num processo de investigação e tenha como propósito a comparação de grupos. Se o objetivo for apenas a avaliação de resultados, os grupos em comparação devem ter as mesmas caraterísticas.

Por fim, como procedimento opcional o Técnico de Suporte poderá proceder à aplicação do questionário de avaliação de resultados aos aplicadores. Para tal foi produzido um questionário que recolhe informação sobre a experiência prévia em projetos de prevenção, conhecimentos e atitudes face ao álcool, expectativas, motivações face ao voluntariado e stress profissional. À semelhança dos instrumentos de avaliação de resultados nos jogadores, este instrumento deverá ser passado antes da formação dos aplicadores e depois do final do processo de aplicação e antes da avaliação final da intervenção.

Caso o grupo de trabalho, opte por avaliar o resultado da sua intervenção junto aos aplicadores, deverá haver um grupo controlo de profissionais com as mesmas caraterísticas que não sejam aplicadores e tenham já sido no passado. Neste caso aplicam-se os princípios anteriormente descritos para os jogadores, devendo a equipa de aplicação tomar decisões em função da dimensão do grupo de aplicadores envolvido. Se a dimensão for pequena o emparelhamento das amostras (grupos de dimensão igual ou aproximada) é a opção desejável; se o grupo for alargado sugere-se que o grupo controlo não tenha um número inferior a 30 profissionais.

Os dados uma vez recolhidos serão analisados pela equipa de coordenação do SICAD, sendo disponibilizados às DICAD das ARS,I.P. os resultados regionais e as bases que digam respeito às respetivas regiões. Um processo de familiarização com o SPSS para tratamento dos dados será desencadeado pela coordenação do SICAD integrado na formação de reciclagem especialmente dirigidos a técnicos que estejam interessados no tratamento dos mesmos.

O procedimento avaliativo foi objeto de validação junto à **Comissão Nacional de Proteção de Dados** (autorização nº 6527 de 5 de julho de 2016), procedendo-se à anualmente ao pedido de autorização para a aplicação dos diferentes instrumentos em contexto escolar junto à Direção Geral da Educação de acordo com o procedimento tipo definido por este organismo.

7. PRODUÇÃO CIENTÍFICA

No sentido de reforçar ainda mais o estatuto de boa prática no âmbito da prevenção dos Comportamentos Aditivos e das Dependências, o Programa Eu e os Outros necessita de poder ser objeto de investigação e de reflexão científica. Deste modo, a produção de linhas de estudo, artigos e comunicações em encontros científicos é desejável.

À semelhança dos procedimentos noutros campos da investigação, o desenvolvimento de teses e investigações que tenham por base a aplicação do Programa Eu e os Outros, requer a solicitação de autorização à entidade responsável pelo Programa pelo que qualquer interessado deverá endereçar um referido pedido ao Diretor Geral do SICAD.

Para que o Programa garanta a organização de um portefólio é essencial que todos os estudos, artigos e comunicações sejam reportados à Coordenação do Programa atempadamente.

8. CIRCUITOS DE COMUNICAÇÃO

No sentido do que foi transmitido no ponto anterior, a organização de uma partilha eficaz dos trabalhos desenvolvidos em torno do Programa Eu e os Outros reveste-se de uma importância extrema.

Naturalmente a manutenção atualizada de uma box de recursos é essencial, devendo esta integrar para além destas linhas orientadoras, as narrativas atualizadas, o manual do programa, os instrumentos de avaliação, materiais de apoio à implementação das narrativas, etc. É desejo da coordenação que os materiais que, tendo sido produzidos pelas entidades no decurso das aplicações possam ser passiveis de serem generalizados, seja depositados nesta box. Também artigos de consulta e trabalhos produzidos em torno do programa deverão ser integrados neste recurso.

Um segundo nível de procedimento a adotar neste ponto passa pela criação de um blog do Programa que permita que, quer o SICAD, quer as DICAD das ARS,I.P., quer os CRI/UIL possam divulgar as suas iniciativas à medida que elas tenham lugar no calendário. Deste modo o blog deverá reportar, entre outras coisas, as datas de concretização dos grupos de formação, (quer de inicio quer de final), encontros de encerramento, sessões de divulgação, dados locais e eventos de modo a que outros aplicadores e Técnicos de Suporte possam ter a noção da dimensão e dinâmica do Programa e retirem ideias a partir das iniciativas de outros. Naturalmente a informação introduzida no blog deve permitir uma compreensão do evento reportado listando-se abaixo os conteúdos mínimos a integrar.

- Início/Final de formações (data e local, grupo alvo)
- Estudos e Projectos-Piloto em curso (titulo, autor, grupo alvo)
- Comunicações, Poster, Apresentações públicas (autor, título, evento, resumo)
- Artigos (autor, título, publicação, resumo)
- Parcerias
- Materiais produzidos no decurso de aplicações. Informação genérica sendo os mesmos depositados na BOX.
- Caixa de sugestões de melhoramento de diferentes aspetos do Programa.

O Blog será criado pela Coordenação do Programa no SICAD mas administrado conjuntamente. Para tal cada CRI/UIL deverá nomear junto à sua DICAD/ARS,I.P. e à Coordenação do Programa no SICAD, um representante a quem será atribuído privilégios de administração do Blog, o mesmo acontecendo em relação aos técnicos nomeados para a representação das DICAD/ARS,I.P. para o grupo alargado de coordenação do Programa.

9. POSFÁCIO

As Linhas Orientadoras do Programa Eu e os Outros assumem-se como um documento em aberto devendo ser revisto periodicamente de modo a integrar adaptações introduzidas nos procedimentos de implementação do Programa, sugestões entretanto recebidas da parte dos Técnicos de Suporte e melhoramentos identificados como necessários por parte da Equipa de Coordenação.

Uma vez produzido este documento foi validado com o grupo de profissionais que desde o início acompanharam o desenvolvimento do programa e só posteriormente difundido entre as entidades envolvidas. Assume o lugar nuclear no Programa permitindo a entidades parceiras, nacionais e internacionais uma melhor compreensão da organização do mesmo, clarificando o papel de todos os atores nas diferentes etapas e procedimentos que integram o Programa Eu e os Outros.

10. LISTA DE ANEXOS

A. Compromisso de Participação
B. Fichas de Avaliação de Processo
   B.1. Ficha de identificação do técnico/formador
   B.2. Ficha de inscrição do aplicador/formando
   B.3. Ficha de caracterização do grupo
C. Fichas de Avaliação de Acompanhamento
   C.1. Ficha de Planeamento
   C.2. Ficha de Sessão – planeamento e avaliação
   C.3. Questionário de pós-formação
D. Questionários de Avaliação de Resultados
   D.1. Junto aos jogadores
      D.1.1. Versão transversal às histórias 1, 4, 5, 6, 7 e 9 (todas as substâncias)
      D.1.2. Versão história 2 (Cannabis)
      D.1.3. Versão história 4 (Dependências sem Substância)
      D.1.4. Versão história 8 (Álcool)
   D.2. Junto aos aplicadores
      D.2.1. Prevenção dos Problemas ligados ao Consumo de Substâncias Psicoativas
      D.2.2. Prevenção dos Problemas ligados ao Álcool
E. Quadro de recolha de dados para monitorização

ANEXO A - Compromisso de Participação

«Logótipo ARS»

Compromisso de Participação

Instituições

O presente documento destina-se a regular o funcionamento do Programa Eu e os Outros no ano letivo de 20__/20__. Assim, deve o mesmo ser assinado pela Instituição proponente em caso de aceitação das condições nele referidas, assumindo-se, deste modo, como um compromisso de participação.

A coordenação do Programa (SICAD e ARS_____) criará condições para a formação dos aplicadores através de um processo formativo de ___ horas (___ horas de formação presencial, creditada/não creditada de nível _____), a qual envolve um acompanhamento técnico (____horas) e o processo de aplicação do Programa (mínimo de 12 horas) de acordo com o Plano de Ação a elaborar. Será fornecido no decurso da mesma, todo o material de suporte ao Programa e os instrumentos de avaliação, mediante a assinatura do presente compromisso de participação. No final será entregue uma declaração comprovativa da participação de cada técnico no Programa.

A UIL _____ da ARS_____ assumirá a apoio técnico local, garantindo os espaços para a concretização do processo formativo e assegurando a divulgação adequada do projeto e de todas ações e/ou atividades que venham a ser desenvolvidas.

Mediante estas condições a **Instituição** compromete-se a:

1. Nomear o Elemento de Referência (ER) para a instituição / agrupamento criando condições de horário que lhe permitam não apenas a frequência quinzenal das supervisões como também a concretização do acompanhamento aos aplicadores da sua instituição.
2. Informar o CRI/UIL _____ de quais os técnicos envolvidos na aplicação do Programa;
3. Criar as condições necessárias para a participação da totalidade dos técnicos envolvidos no Programa nas respetivas Ações de Formação;
4. Confirmar, previamente, a presença de todos os técnicos nas ações de formação. A presença nas formações é obrigatória, para todos os técnicos inscritos no Programa;
5. Garantir a presença da totalidade dos técnicos envolvidos no Programa nas respetivas Reuniões de Acompanhamento, a realizar com o técnico de suporte em local e hora a definir. Qualquer impossibilidade de comparência nas referidas reuniões deverá ser comunicada ao CRI/UIL com uma antecedência mínima de 24 horas.

6. Colaborar na criação das condições necessárias à aplicação do Programa na instituição (disponibilização de espaços físicos; organização dos horários das sessões de aplicação e reuniões de acompanhamento técnico do Programa; etc.);
7. Colaborar na criação das condições necessárias para a aplicação de todos os instrumentos de avaliação do Programa na instituição;
8. Promover a divulgação do Programa junto de pais e/ou encarregados de educação e a recolha das autorizações para o preenchimento dos questionários de avaliação;
9. Assumir a responsabilidade de que o material fornecido pela Coordenação do Programa apenas será aplicado na instituição por técnicos com formação e integrados num grupo de acompanhamento e mediante pedido de autorização à coordenação do Programa renovada anualmente;
10. Devolver o presente compromisso de participação, assinado e carimbado, até ao início do processo de formação do Programa (*colocar aqui o período de tempo previsto para o desenvolvimento da intervenção*).

Quaisquer situações omissas deverão ser avaliadas caso a caso. O não cumprimento do presente compromisso poderá pôr em causa a continuidade do Programa na instituição.

Este documento deverá ser acompanhado pela listagem dos técnicos da instituição que participarão no Programa.

_____

Assinatura do responsável e
carimbo da Instituição proponente

Morada da instituição

Contactos:

e-mail da pessoa de referência:

ANEXO B - Fichas de Avaliação de Processo

B.1. Ficha de identificação do técnico/formador

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

SICAD

«logótipo ARS»

FICHA DE IDENTIFICAÇÃO

CÓDIGO

FORMAÇÃO "EU E OS OUTROS"

DADOS PESSOAIS *(Preencher com letra maíscula e legível)*

NOME COMPLETO

MORADA

CÓDIGO POSTAL -

LOCALIDADE

TELEFONE

TELEMÓVEL

FAX

E-MAIL PESSOAL

DATA DE NASCIMENTO - -

NACIONALIDADE

NATURALIDADE

N.º DE CONTRIBUINTE

N.º BI / CARTÃO DE CIDADÃO

DATA DE VALIDADE - -

DADOS PROFISSIONAIS *(Preencher todos os campos com letra maíscula e legível)*

INSTITUIÇÃO / SERVIÇO

MORADA

CÓDIGO POSTAL -

LOCALIDADE

TELEFONE

TELEMÓVEL

FAX

HABILITAÇÕES LITERÁRIAS

CATEGORIA PROFISSIONAL

CARGO (caso se aplique)

NATUREZA DO VÍNCULO

eu e os outros

EXPERIÊNCIAS ANTERIORES

Tem experiência de Supervisão de grupos na implementação de Projetos de Prevenção Universal?

Sim ☐ Não ☐

OBSERVAÇÕES *(Preencher com letra maíscula e legível)*

OBSERVAÇÕES: Anexar Curriculum Vitae ou Resumo Curricular + Cópia do BI ou Cartão de Cidadão e do Cartão de Contribuinte+ Cópia do CCP (ex-CAP) e/ou outros Certificados.

DATA ☐☐ - ☐☐ - ☐☐☐☐ **ASSINATURA** _____

B.2. Ficha de inscrição do aplicador/formando

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

SICAD

«logótipo ARS»

FICHA DE INSCRIÇÃO

(Aplicadores - Formandos)

CÓDIGO _____ _____

FORMAÇÃO "EU E OS OUTROS"	(DATA DE REALIZAÇÃO)

DADOS PESSOAIS

NOME COMPLETO

DATA DE NASCIMENTO ___ - ___ - ___

NACIONALIDADE

NATURALIDADE

N.º DE CONTRIBUINTE

N.º BI / CARTÃO DE CIDADÃO

DATA DE VALIDADE ___ - ___ - ___

HABILITAÇÕES LITERÁRIAS

MORADA

CÓDIGO POSTAL ___ - ___

LOCALIDADE

TELEFONE

TELEMÓVEL

FAX

E-MAIL

DADOS PROFISSIONAIS

INSTITUIÇÃO / SERVIÇO

MORADA

CÓDIGO POSTAL ___ - ___

TELEFONE

EXTENSÃO

TELEMÓVEL

E-MAIL

CATEGORIA PROFISSIONAL

NATUREZA DO VÍNCULO

eu e os outros

EXPERIÊNCIAS ANTERIORES
Já participou em Projetos de Prevenção Universal? Sim ☐ Não ☐ **Tem experiência na dinamização de grupos?** Sim ☐ Não ☐

Declaro saber que os dados que forneço neste impresso se destinam para efeitos de participação no Projeto "Eu e os Outros", que poderão ser processados automaticamente, mas sempre no escrupuloso respeito das normas nacionais de protecção dos dados pessoais.

B.3. Ficha de caracterização do grupo

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

SICAD

«logótipo ARS»

CARATERIZAÇÃO DO GRUPO DE APLICAÇÃO

FORMAÇÃO "EU E OS OUTROS"

CÓDIGO ____ | _____

LOCAL DE APLICAÇÃO / ESTABELECIMENTO: _____

DADOS DOS PARTICIPANTES

			(M / F)	(Port/PALOP/Outra)	(Nº / SIM ou NÃO)
1.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
2.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
3.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
4.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
5.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
6.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
7.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
8.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
9.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
10.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
11.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
12.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
13.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
14.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
15.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
16.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
17.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
18.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
19.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
20.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
21.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
22.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
23.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
24.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
25.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
26.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
27.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
28.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
29.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____
30.	Data Nasc. _____	Idade _____	Sexo _____	Nacionalidade _____	Repetências / NEE ___/___ cód. _____

eu e os outros

ANEXO C - Fichas de Avaliação de Acompanhamento

C.1. Ficha de Planeamento

REPÚBLICA PORTUGUESA SAÚDE | SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE | SICAD

«Logótipo ARS»

FICHA de PLANEAMENTO

(Preencher por História)

CÓDIGO ____ ____

FORMAÇÃO "EU E OS OUTROS"

I Local de Aplicação

Estabelecimento _____

II Plano da Intervenção

Nº de Sessões Previsto _____ Código dos Aplicadores _____

Nº Participantes _____

Caracterização do Grupo

(Sinteses da Informação: número, idades, género, necessidades, traços, homogeneidade, etc.)

Grandes Temas a Abordar

(quais, qual a sequência, objetivos, etc.)

Objectivos para a Aplicação do Programa

(quais, como avaliar, etc.)

Organização do Tempo de Intervenção

(duração do programa, regularidade das sessões, duração de cada sessão, em que tempos se irá realizar, etc)

Narrativa a implementar

História "Crescer"	☐	História "Amizade"	☐	História "Escola"	☐
História "Família e Jogo"	☐	História "Amores a Paixões"	☐	História "Lei e Droga"	☐
História "Divertimento"	☐	História "Álcool"	☐	História "No Futuro"	☐

eu e os outros

C.2. Ficha de Sessão – planeamento e avaliação

«Logótipo ARS»

FICHA de PLANEAMENTO

FORMAÇÃO "EU E OS OUTROS" - CÓDIGO: _____

I Local de Aplicação:

II Dados da Sessão n.º _____

Narrativa Aplicada _____ Data _____ Tempo de Aplicação ____min

Código dos Aplicadores _____ Participantes previstos: _____ presentes _____

Temas a Trabalhar	Temas Trabalhados

Parágrafos a Trabalhar	Sequência de Parágrafos Trabalhados

Atividades Planificadas	Atividades Desenvolvidas
(dinâmicas de grupo, exploração de sites, convidados, Linha 1414, etc.)	

Tarefas entre Sessões

Dificuldades Antecipadas	Estratégias Adotadas

Balanço Global / Observações

_____

_____

_____

Avaliação Quantitativa (para 1 = muito negativa e 6 = muito positiva)

1. Concretização dos objetivos da sessão/Planeamento adequado	1	2	3	4	5	6
2. Interesse/participação do grupo	1	2	3	4	5	6
3. Adequação dos temas às características/idade dos jovens	1	2	3	4	5	6
4. Adequação das Dinâmicas às características/idade dos jovens	1	2	3	4	5	6
5. Capacidade de condução/gestão da sessão pelo dinamizador	1	2	3	4	5	6
6. Adequação das condições físicas (e. g. espaço físico, nível de barulho)	1	2	3	4	5	6

C.3. Questionário de pós-formação

REPÚBLICA PORTUGUESA SAÚDE | SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE | SICAD

«Logótipo ARS»

QUESTIONÁRIO PÓS- FORMAÇÃO

CÓDIGO _____ _____

DESIGNAÇÃO DA AÇÃO

FORMAÇÃO "EU E OS OUTROS"

PERÍODO DE REALIZAÇÃO

Nº TOTAL DE HORAS

Este questionário pretende realizar uma avaliação global desta ação formativa. Com a sua análise objetiva estará a contribuir para melhorarmos a qualidade de futuras formações. Muito obrigado pela sua colaboração.

Se não quiser manifestar a sua opinião ou não quiser responder, poderá deixar a respectiva linha em branco.

I. Considera que a Formação "EU E OS OUTROS":

1.	OPINIÃO GERAL	Não Correspondeu em nada 1	2	3	4 Correspondeu totalmente
1.1	Expetativas Iniciais				
1.2	Objetivos da Formação				
1.3	Pertinência dos Temas				
1.4	Utilidade dos Temas para o Desempenho das suas Funções				
1.5	Componente Prática Desenvolvida				
1.6	Conhecimentos Adquiridos				
1.7	Adequação da Carga Horária				
1.8	Relação Interpessoal entre os Participantes				
1.9	Desenvolvimento de Capacidades Técnicas e Profissionais				
1.10	Melhoria do Desempenho Profissional				
1.11	Qualidade da Documentação				
1.12	Realização Pessoal				

2.	EQUIPA DE FORMADORES	Não Correspondeu em nada 1	2	3	4 Correspondeu totalmente
2.1	Domínio dos Conteúdos				
2.2	Organização das Intervenções				
2.3	Clareza das Intervenções				
2.4	Motivação para a Participação dos Formandos				
2.5	Facilidade de Contacto e de Relação com o Grupo				
2.6	Esclarecimento de Dúvidas				
2.7	Eficácia dos Métodos Pedagógicos				
2.8	Adequação dos Meios Pedagógicos Aplicados				
2.9	Utilidade da Documentação Distribuída				

3.	ORGANIZAÇÃO	Não Correspondeu em nada 1	2	3	4 Correspondeu totalmente
3.1	Duração da Acção Formativa				
3.2	Qualidade Técnico-Pedagógica da Equipa de Formadores				

V.S.F.F.

eu e os outros

II. Classifique globalmente a Formação "EU E OS OUTROS":

☐ Muito Bom ☐ Bom ☐ Suficiente ☐ Fraco ☐ Muito Fraco

III. Indique os 3 aspectos mais positivos desta formação:

_____

_____

IV. Indique 3 aspectos a melhorar em futuras acções formativas:

_____

_____

V.

5.1. História(s) aplicada(s): _____ **5.2. Local de Aplicação:** _____

5.3. N.º de grupos/turmas: _____ **5,4. N.º de jogadores:** _____

5.5. N.º de aplicadores com quem fez parceria: _____

VI. Relativamente ao acompanhamento técnico/monitorização avalie:

		Não Correspondeu em nada 1	2	3	4 Correspondeu totalmente
6.1	a Quantidade de tempo de apoio				
6.2	a Qualidade do apoio				
6.3	a Metodologia				
6.4	a Relação estabelecida com o técnico de apoio				

VII. Considera a possibilidade de dar continuidade ao projeto?

Sim ☐ **Não** ☐

VIII. Sugestões/Comentários

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Gratos pela colaboração!

ANEXO D - Questionários de Avaliação de Resultados

D.1. Junto aos jogadores

D.1.1. Versão transversal às histórias 1, 4, 5, 6, 7 e 9 (todas as substâncias)

SICAD Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

Entidade promotora

«Logótipo ARS»

Questionário de Avaliação de Resultados

Transversal

Este questionário incide sobre os conhecimentos que tens sobre os temas que irão ser abordados nesta narrativa, as tuas atitudes e comportamentos e a perceção que tens das tuas competências. É muito importante que respondas a todas as perguntas com calma, concentração e sinceridade. Se tiveres dúvidas pede ajuda.

1. Dados iniciais **Data de Realização: _____/_____/_____**

Pré-Teste ☐ **Pós-Teste** ☐ **Follow-Up** ☐ (põe uma cruz na situação que se aplica)

Grupo Controlo ☐ **Grupo Experimental** ☐ (põe uma cruz na situação que se aplica)

Prevenção Universal ☐ **Prevenção Seletiva** ☐ **Indicada** ☐ (põe uma cruz na situação que se aplica)

Quantas vezes já participaste antes no Programa Eu e os Outros? ☐ (põe o número que se aplica a ti, incluindo o zero)

1.1.Sexo		1.2 Tipo de turma/grupo	Código	Região	Instituição	Aplicador	Jogador
1.3 Idade							

No código de jogador coloca as iniciais do teu nome e apelido seguido do dia e do mês do teu aniversário (Ex. Raul Melo, 2 de março = RM0203)

2. Em relação às seguintes afirmações, diz-nos as que consideras serem verdadeiras e aquelas que pensas serem falsas
faz um circulo em torno da letra que está de acordo com a tua opinião

1. Sentir a necessidade de fumar um cigarro por dia já significa estar dependente da nicotina.	V	F
2. As mulheres digerem e metabolizam o álcool de forma diferente dos homens. (por metabolizar entenda-se transformar uma substância dentro do organismo)	V	F
3. O tabaco tem efeitos nocivos a nível da saúde sexual e reprodutiva.	V	F
4. Quanto mais cedo se começa a beber maior a probabilidade de se vir a ter problemas relacionados com o álcool ao longo da vida.	V	F
5. A mistura de substâncias aumenta em dez vezes os riscos associados ao consumo de cada uma delas.	V	F
6. Algumas pessoas, sob o efeito da cannabis, ficam paranóicas.	V	F
7. É legal, em Portugal, consumir Cannabis acima dos 18 anos.	V	F
8. As substâncias psicoativas/drogas alteram a nossa forma de pensar, sentir e agir e podem criar a necessidade de continuar a consumi-las.	V	F
9. O ecstasy faz a pessoa sentir-se com mais energia, mas o seu uso regular pode trazer tristeza, depressão e ansiedade	V	F
10. A partir dos 16 anos uma pessoa pode beber qualquer tipo de bebida alcoólica.	V	F
11. As pessoas que abusam de esteróides podem ficar mais agressivas e com flutuações do humor.	V	F
12. Um dos principais riscos para quem consome Ecstasy é a desidratação.	V	F
13. A maior parte das pessoas da tua idade, já experimentaram fumar cannabis alguma vez na vida.	V	F
14. As substâncias usadas para emagrecer (anorexígenos) são estimulantes.	V	F
15. Um consumidor regular de cannabis, pode parar de consumir em qualquer altura, porque não há ressaca.	V	F
16. O consumo de álcool nas crianças e nos jovens pode provocar problemas de aprendizagem.	V	F

17. O consumo de bebidas energéticas não traz riscos para a saúde	V	F
18, O álcool dá energia.	V	F
19. O risco de vir a consumir substâncias é igual para todos os jovens	V	F
20. A lei portuguesa permite a venda de tabaco a menores de 18 anos	V	F

3.1 Dá a tua opinião sobre "estar sob efeito de drogas (legais ou ilegais)" – em cada linha faz um círculo em torno de um único número que melhor corresponda à tua opinião.

Estar sob o efeito de drogas (legais ou ilegais) é…	**NEGATIVO**	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	**POSITIVO**
	DESAGRADÁVEL	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	**AGRADÁVEL**
	MAU	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	**BOM**
	INDESEJÁVEL	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	**DESEJÁVEL**

3.2. Em relação às seguintes afirmações responde pondo um círculo ou uma cruz na letra que corresponde à tua opinião, usando a escala que se segue: para 1 = discordo completamente, 2 = discordo, 3 = nem concordo nem discordo, 4= concordo, 5 = concordo completamente

1. Ter atenção à saúde não é importante quando se tem a tua idade.	1	2	3	4	5
2. As pessoas da tua idade que bebem álcool são mais crescidas / adultas.	1	2	3	4	5
3. A minha saúde não é influenciada pelas decisões do dia-a-dia.	1	2	3	4	5
4. Ter uma atitude positiva pode ajudar a tomar decisões mais efetivas/eficazes.	1	2	3	4	5
5. Fumar cannabis faz-te parecer mais *cool*.	1	2	3	4	5
6. Os riscos que corres são influenciados pelo teu consumo álcool ou de outras drogas.	1	2	3	4	5
7. A partir do momento que fizeste alguma coisa arriscada e não te aconteceu nada, há menos risco na próxima vez que fizeres a mesma coisa.	1	2	3	4	5
8. O stress e a zanga não têm realmente impacto nas outras emoções.	1	2	3	4	5
9. Comunicar eficazmente é ser capaz de dizer tudo o que te vai a cabeça.	1	2	3	4	5
10. As pessoas da minha idade que bebem álcool têm mais amigos.	1	2	3	4	5
11. A tua saúde não é realmente afectada pelas relações com os outros.	1	2	3	4	5
12. Ser assertivo significa defenderes as tuas posições ao mesmo tempo que respeitas os direitos dos outros.	1	2	3	4	5
13. Consumir drogas permite-nos divertirmo-nos mais.	1	2	3	4	5

4.1 Já alguma vez experimentaste…? (podes marcar mais do que uma opção)

	SIM	Se Sim, com que idade	**NÃO**
1. Tabaco (um cigarro completo).	☐		☐
2. Álcool (uma bebida completa – um copo, uma garrafa).	☐		☐
3. Cannabis (haxixe, marijuana, maconha, pólen, bolota, erva…).	☐		☐
4. Ecstasy / Anfetaminas (MDMA, pastilhas, …)	☐		☐
5. Novas substâncias psicoativas (*spice, blow, bliss, salvia*…).	☐		☐
6. Medicamentos não prescritos por um médico (tranquilizantes, sedativos, hipnóticos, estimulantes)	☐		☐

SICAD Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

Entidade promotora

«Logótipo ARS»

Se respondeste que nunca experimentaste nenhuma substância psicoativa, salta para a questão 5

4.2 Diz-nos, quantas vezes nos últimos 3 meses se verificaram as seguintes situações na sequência do teu consumo de substâncias psicoativas (álcool ou outras drogas)	Nunca	Uma vez	Duas vezes	3 - 4 vezes	5 - 11vezes	12 vezes ou mais	Não sei / Não respondo
1. Quantas vezes planeaste embebedar-te ou ficares drogado?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. Quantas vezes consumiste mais do que tinhas planeado?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. Quantas vezes te sentiste mal depois de consumir álcool ou outras drogas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. Quantas vezes tiveste uma ressaca depois de consumires álcool / drogas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. Com que frequência não foste capaz de te lembrar do que aconteceu num dia em que consumiste álcool / outras drogas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. Em quantas ocasiões te chamaram nomes (ofenderam) por estares sob efeito de álcool / outras drogas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7. Em quantas ocasiões te envolveste numa luta estando sob o efeito de álcool / outras drogas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8. Em quantas ocasiões danificaste alguma coisa por estares sob o feito de álcool / outras drogas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9. Quando estavas sob o efeito de álcool / outras drogas, quantas vezes tiveste relações sexuais de que mais tarde te arrependesses?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10. Quando estavas sob o efeito do álcool / outras drogas, quantas vezes tiveste relações sexuais em que tiveste medo de uma possível gravidez ou de contrair uma doença sexualmente transmissível?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
11. Quando estavas sob o efeito de álcool / outras drogas, quantas vezes foste sexualmente provocado(a) / assediado(a) / mal tratado(a)?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
12. Quantas vezes o teu rendimento escolar foi afetado pelo teu consumo de álcool / outras drogas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
13. Quantas vezes arranjaste problemas com os teus amigos? (isto é, os teus amigos ficaram chateados contigo) por causa do teu consumo de álcool / outras drogas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14. Quantas vezes alguém com quem estavas a sair reclamou com o teu comportamento na sequência do consumo de álcool / outras drogas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
15. Quantas vezes arranjaste problemas com os teus pais por causa do consumo de álcool / outras drogas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
16. Quantas vezes arranjaste problemas na escola por causa do consumo de álcool / outras drogas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
17. Quantas vezes arranjaste problemas com a polícia por causa do consumo de álcool / outras drogas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

5. Qual seria a probabilidade de …	Muito improvável	Improvável	Nem Muito nem pouco provável	Provável	Muito provável
1. … dizeres que não a alguém que te ofereça um cigarro.	☐	☐	☐	☐	☐
2. … dizeres que não a alguém que te ofereça uma cerveja, vinho ou outra bebida alcoólica.	☐	☐	☐	☐	☐
3. … dizeres que não a alguém que te ofereça cannabis (haxixe, marijuana, maconha, pólen, bolota, erva…)..	☐	☐	☐	☐	☐
4. … dizeres que não a alguém que te ofereça outro tipo de drogas.	☐	☐	☐	☐	☐

6. Em que medida te sentes confiante relativamente à tua capacidade de … (responde mesmo que não consumas álcool ou outras drogas . Esta pergunta tem a ver com a perceção que tens na tua capacidade de lidar com a situação caso venhas a ter de lidar com ela). **Põe um círculo ou uma cruz na letra que corresponde à tua opinião, usando a escala que se segue:** 1= muito pouco confiante 2= pouco confiante 3 = nem muito nem pouco confiante, 4= confiante 5 = muito confiante

1. Controlar ao teu consumo de substâncias psicoativas (legais ou ilegais)?	1	2	3	4	5
2. Ajudar o(a) teu(tua) amigo(a) a controlar o consumo de substâncias psicoativas (legais ou ilegais)?	1	2	3	4	5
3. Saber o que fazer quando te apercebes que estás alterado pelo efeito de uma substância psicoativa (legal ou ilegal)?	1	2	3	4	5
4. Saber o que fazer quando te apercebes que teu(tua) amigo(a) alterado pelo efeito de uma substância psicoativa (legal ou ilegal)?	1	2	3	4	5
5. Saber lidar com a tua ressaca (saber o que fazer quando estás de ressaca)?	1	2	3	4	5

SICAD Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

Entidade promotora

«Logótipo ARS»

6. Saber lidar com a ressaca de um(a) teu(tua) amigo (a)?	1	2	3	4	5

As perguntas que se seguem têm a ver como a forma como pensas e sentes sobre ti próprio. Responde usando a escala que se segue colocando um círculo em torno do valor que melhor represente a tua opinião:

FALSO - NÃO ME DESCREVE — VERDADEIRO - DESCREVE-ME

1	2	3	4	5	6	7	8
Esta afirmação não me descreve, não tem nada a ver comigo		Mais falso do que verdadeiro		Mais verdadeiro do que falso		Esta afirmação tem muito a ver comigo, descreve-me muito bem	

1. Planeio e uso o meu tempo de forma eficiente.	1	2	3	4	5	6	7	8
2. Sou bem-sucedido em situações sociais.	1	2	3	4	5	6	7	8
3. Quando trabalho num projeto, dou o meu melhor para que os detalhes estejam corretos.	1	2	3	4	5	6	7	8
4. Se houver uma ideia melhor, mudo facilmente os meus pensamentos ou opiniões.	1	2	3	4	5	6	7	8
5. Consigo fazer com que as pessoas trabalhem para mim.	1	2	3	4	5	6	7	8
6. Consigo manter-me calmo em situações stressantes.	1	2	3	4	5	6	7	8
7. Gosto de estar ocupado e ativamente envolvido em atividades.	1	2	3	4	5	6	7	8
8. Estou confiante de que tenho a capacidade de ser bem-sucedido(a), em qualquer coisa que pretenda fazer.	1	2	3	4	5	6	7	8
9. Não desperdiço tempo.	1	2	3	4	5	6	7	8
10. Sou competente em situações sociais.	1	2	3	4	5	6	7	8
11. Tento obter os melhores resultados nas coisas que faço.	1	2	3	4	5	6	7	8
12. Sou aberto(a) a novas ideias.	1	2	3	4	5	6	7	8
13. Sou bom (boa) líder quando é necessário realizar uma tarefa.	1	2	3	4	5	6	7	8
14. Fico calmo e ultrapasso a ansiedade em situações novas ou que impliquem mudança.	1	2	3	4	5	6	7	8
15. Gosto de ser ativo e energético	1	2	3	4	5	6	7	8
16. Quando me dedico mesmo a algo fico confiante de que terei sucesso.	1	2	3	4	5	6	7	8
17. Sou capaz de gerir bem a forma como uso o meu tempo.	1	2	3	4	5	6	7	8
18. Comunico bem com as outras pessoas.	1	2	3	4	5	6	7	8
19. Tento fazer o melhor que me é possível.	1	2	3	4	5	6	7	8
20. Sou adaptável e flexível na minha forma de pensar e ideias.	1	2	3	4	5	6	7	8
21. Como líder, quando é necessário realizar uma tarefa, motivo bem as outras pessoas.	1	2	3	4	5	6	7	8
22. Mantenho-me calmo quando as coisas correm mal.	1	2	3	4	5	6	7	8
23. Gosto de ser uma pessoa ativa, que se envolve nas coisas.	1	2	3	4	5	6	7	8
24. Acredito que consigo.	1	2	3	4	5	6	7	8

Muito Obrigado pela tua colaboração!

D.1.2. Versão história 2 (Cannabis)

SICAD Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

e os outros

Questionário de Avaliação de Resultados (2ª narrativa)

Este questionário incide sobre os conhecimentos que tens sobre os temas que irão ser abordados nesta narrativa, as tuas atitudes e comportamentos e a perceção que tens das tuas competências. É muito importante que respondas a todas as perguntas com calma, concentração e sinceridade. Se tiveres dúvidas pede ajuda.

1. Dados iniciais (põe cruzes nas situações que se apliquem)

Pré-Teste ☐ **Pós-Teste** ☐ **Follow Up** ☐	**Grupo Controlo** ☐ **Grupo Experimental** ☐
Prevenção Universal ☐ **Prevenção Seletiva ou Indicada** ☐	

Sexo		Turma	Código	Região	Instituição	Aplicador	Jogador
Idade							

2. Em relação às seguintes afirmações, diz-nos as que consideras serem verdadeiras e aquelas que pensas serem falsas
faz um círculo em torno da letra que está de acordo com a tua opinião

Nota: quando nos referimos a Cannabis queremos referirmo-nos também a *Marijuana, Erva, Chamon, Maconha, Charro, Polén…*

1. É legal em Portugal, consumir Cannabis acima dos 18 anos.	V	F
2. A maior parte das pessoas da tua idade fuma Cannabis.	V	F
3. Fumar Cannabis faz com que teu coração bata mais rápido.	V	F
4. Oferecer cannabis (charro/ganza) aos amigos é considerado tráfico de drogas	V	F
5. A Cannabis agora, é mais forte do que era há dez anos atrás.	V	F
6. A Cannabis pode permanecer no sangue de uma pessoa até um mês.	V	F
7. A substância química que é responsável pelos efeitos da Cannabis é o MDMA.	V	F
8. A Cannabis pode levar uma pessoa a sentir-se ansiosa ou a ficar em pânico.	V	F
9. Em Portugal é legal consumir Cannabis desde que seja em pequenas quantidades.	V	F
10. A mistura de Cannabis com outras substâncias aumenta em dez vezes os riscos que lhe estão associados.	V	F
11. A Cannabis é um estimulante.	V	F
12. O consumo de Cannabis relaxa e aumenta o apetite.	V	F
13. O fumo da Cannabis não contém tantas substâncias tóxicas como o do tabaco	V	F
14. O consumo de Cannabis pode facilitar o aparecimento de problemas psicológicos ou psiquiátricos	V	F
15. O consumo de haxixe não provoca dependência psicológica	V	F
16. Um consumidor regular de Cannabis pode sentir perda de motivação e interesse pelas coisas normais do seu dia-a-dia.	V	F
17. Algumas pessoas, sob o efeito da cannabis, ficam paranoicas.	V	F
18. É possível detectar o consumo de Cannabis através de um teste à saliva.	V	F
19. A Cannabis altera a visão, a audição e a capacidade de coordenação e por isso aumenta o risco de acidentes para quem conduza depois de a consumir.	V	F
20. Fumar Cannabis pode melhorar tua visão.	V	F

SICAD Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

eu e os outros

3. Dá a tua opinião sobre "estar sob efeito de Cannabis" – em cada linha faz um círculo em torno de um único número que melhor corresponda à tua opinião.

Estar sob o efeito de Cannabis é…	**POSITIVO**	4	3	2	1	0	- 1	- 2	- 3	- 4	**NEGATIVO**
	AGRADÁVEL	4	3	2	1	0	- 1	- 2	- 3	- 4	**DESAGRADÁVEL**
	BOM	4	3	2	1	0	- 1	- 2	- 3	- 4	**MAU**
	DESEJÁVEL	4	3	2	1	0	- 1	- 2	- 3	- 4	**INDESEJÁVEL**

4.1 Já alguma vez experimentaste Cannabis?

Não	☐
Sim, pelo menos um *charro*	☐

4.2 Se respondeste que já tinhas fumado um *charro*, com que idade fumaste pela primeira vez? (por charro quer-se dizer um cigarro que contenha Cannabis misturado com tabaco) ☐

Se respondeste que nunca consomes, salta para a questão 5.2

4.3 Relativamente ao teu consumo de Cannabis, diz-nos com que frequência acontecem as seguintes situações ou comportamentos NR/NS = não quero responder, não sei responder	Frequentemente (todos os dias ou quase)	Algumas vezes por semana	Poucas vezes (Menos que 1x por semana	Nunca ou quase nunca	NR/NS
1. Com que frequência consomes cannabis?	☐	☐	☐	☐	☐
2. Nos últimos 3 meses, quantas vezes fumaste Cannabis com um grupo de amigos?	☐	☐	☐	☐	☐
3. Nos últimos 3 meses, quantas vezes fumaste Cannabis em festas com amigos?	☐	☐	☐	☐	☐
4. Nos últimos 3 meses, quantas vezes fumaste Cannabis quando estavas sozinho?	☐	☐	☐	☐	☐

4.4 Pensando nos últimos 30 dias, quantos charros consomes **num dia normal** (sem ser num dia especial)?

	Durante a semana	No fim-de-semana
Mais do que 7 charros	☐	☐
5 a 6 charros	☐	☐
3 a 4 charros	☐	☐
1 a 2 charros	☐	☐

4.5 Nos últimos 3 meses… (assinala as situações que se apliquem)

Reduziste a quantidade de Cannabis que consomes normalmente por dia	☐
Reduziste o número de vezes que consumiste	☐
Mudaste para um tipo de Cannabis menos potente	☐
Recusaste uma proposta para consumires Cannabis	☐
Nenhuma das anteriores	☐

SICAD Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

eu e os outros

5.1 Diz-nos, quantas vezes nos últimos 3 meses se verificaram as seguintes situações na sequência do teu consumo de Cannabis.	12 vezes ou mais	5 - 11 vezes	3 - 4 vezes	Duas vezes	Uma vez	Nunca	NS/NR
1. Faltar às aulas ou chegar tarde à escolar por causa do consumo de Cannabis?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. Discutir com elementos da família por causa do consumo de Cannabis?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. Discutir com os teus amigos por causa do consumo de Cannabis?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. Comprares Cannabis para ti?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. Ter dificuldades em estudar e em compreender nova informação/matéria?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. Consumir Cannabis quando estás sozinho?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7. Sentir desejo de consumir Cannabis?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8. Gastar tanto dinheiro em Cannabis que tiveste que abdicar de outras coisas ou atividades?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

5.2 Diz-nos, quantas vezes nos últimos 3 meses se verificaram as seguintes situações na sequência do consumo de cannabis de outras pessoas.	12 vezes ou mais	5 - 11 vezes	3 - 4 vezes	Duas vezes	Uma vez	Nunca	NS/NR
1. Quantas vezes foste ofendido(a)/gozado(a) por alguém sob o efeito de Cannabis?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. Quantas vezes alguém sob o efeito de Cannabis te bateu ou desafiou?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. Quantas vezes te viste numa situação embaraçosa por causa de alguém sob o efeito de Cannabis?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. Quantas vezes foste passageiro(a) num carro em que o condutor estava sob o efeito de Cannabis?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. Quantas vezes foste provocado(a)/assediado(a)/maltratado(a) sexualmente por alguém sob o efeito de Cannabis?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. Quantas vezes tiveste de evitar que um(a) amigo(a) que fumou Cannabis arranjasse problemas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

6. Em relação às seguintes afirmações responde pondo um círculo ou uma cruz na letra que corresponde à tua opinião, usando por escala: 1 = discordo completamente, 2 = discordo, 3 = nem concordo nem discordo, 4= concordo, 5 = concordo completamente

1. A Cannabis torna mais difícil pensar e fazer coisas (mais difícil de concentrar ou compreender; reduz a velocidade com que te moves)	1	2	3	4	5
2. A Cannabis ajuda uma pessoa a relaxar e a ficar menos tensa (ajuda a ficar mais calmo/a)	1	2	3	4	5
3. A Cannabis ajuda as pessoas a conviver melhor com os outros e pode ajudar sentir-se mais sensual (falar mais, sentir-se mais romântico)	1	2	3	4	5
4. A Cannabis faz uma pessoa sentir-se mais criativo e perceber as coisas de forma diferente (a música soa diferente, as coisas parecem mais interessantes).	1	2	3	4	5
5. A Cannabis geralmente tem efeitos negativos sobre uma pessoa (ficas irritável ou descuidado; depois te sentires "em cima", sentes-te "em baixo")	1	2	3	4	5
6. A Cannabis tem efeitos sobre o corpo de uma pessoa, deixa-a com ânsias/desejos (fome, boca seca; é difícil parar de rir).	1	2	3	4	5

SICAD Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

eu e os outros

7. Em que medida te sentes confiante relativamente à tua capacidade de … (responde mesmo que não fumes cannabis. Esta pergunta tem a ver com a perceção que tens da tua capacidade de lidar com a situação caso venhas a ter de lidar com ela). **Põe um círculo ou uma cruz na letra que corresponde à tua opinião, usando a escala que se segue:**
1= muito pouco confiante 2= pouco confiante 3 = nem muito nem pouco confiante, 4= confiante 5 = muito confiante

1. …controlar ao teu consumo de cannabis?	1	2	3	4	5
2. … ajudar o(a) teu(tua) amigo(a) a controlar o consumo de cannabis?	1	2	3	4	5
3. … saber o que fazer quando te apercebes que estás alterado pela cannabis?	1	2	3	4	5
4. … saber o que fazer quando te apercebes que teu(tua) amigo(a) está alterado pela cannabis?	1	2	3	4	5
5. … saber lidar com "o dia seguinte" (falta de vontade para fazer as coisas, desejo de fumar mais)?	1	2	3	4	5
6. ... saber lidar com "o dia seguinte" de um(a) teu(sua) amigo (a)?	1	2	3	4	5

8. As perguntas que se seguem têm a ver como a forma como pensas e se sentes em relação a ti próprio. Responde usando a escala que se segue, colocando um círculo em torno do valor que melhor represente a tua opinião:

FALSO - NÃO ME DESCREVE DE TODO — VERDADEIRO - DESCREVE-ME NA PREFEIÇÃO

1	2	3	4	5	6	7	8
Esta afirmação não me descreve, não tem nada a ver comigo		Mais falso do que verdadeiro		Mais verdadeiro do que falso		Esta afirmação tem muito a ver comigo, descreve-me muito bem	

1. Planeio e uso o meu tempo de forma eficiente.	1	2	3	4	5	6	7	8
2. Sou bem sucedido em situações sociais.	1	2	3	4	5	6	7	8
3. Quando trabalho num projeto, dou o meu melhor para que os detalhes estejam corretos.	1	2	3	4	5	6	7	8
4. Se houver uma ideia melhor, mudo facilmente os meus pensamentos ou opiniões.	1	2	3	4	5	6	7	8
5. Consigo fazer com que as pessoas trabalhem para mim	1	2	3	4	5	6	7	8
6. Consigo manter-me calmo em situações stressantes	1	2	3	4	5	6	7	8
7. Gosto de estar ocupado e ativamente envolvido em atividades.	1	2	3	4	5	6	7	8
8. Estou confiante de que tenho a capacidade de ser bem-sucedido (a), em qualquer coisa que pretenda fazer.	1	2	3	4	5	6	7	8
9. Não desperdiço tempo	1	2	3	4	5	6	7	8
10. Sou competente em situações sociais.	1	2	3	4	5	6	7	8
11. Tento obter os melhores resultados nas coisas que faço.	1	2	3	4	5	6	7	8
12. Sou aberto(a) a novas ideias.	1	2	3	4	5	6	7	8
13. Sou bom (boa) líder quando é necessário realizar uma tarefa	1	2	3	4	5	6	7	8
14. Fico calmo e ultrapasso a ansiedade em situações novas ou que impliquem mudança.	1	2	3	4	5	6	7	8

15. Gosto de ser ativo e energético	1	2	3	4	5	6	7	8
16. Quando me dedico mesmo a algo, fico confiante de que terei sucesso.	1	2	3	4	5	6	7	8
17. Sou capaz de gerir bem a forma como uso o meu tempo.	1	2	3	4	5	6	7	8
18. Comunico bem com as outras pessoas	1	2	3	4	5	6	7	8
19. Tento fazer o melhor que me é possível	1	2	3	4	5	6	7	8
20. Sou adaptável e flexível na minha forma de pensar e ter ideias	1	2	3	4	5	6	7	8
21. Como líder, quando é necessário realizar uma tarefa, motivo bem as outras pessoas.	1	2	3	4	5	6	7	8
22. Mantenho-me calmo quando as coisas correm mal.	1	2	3	4	5	6	7	8
23. Gosto de ser uma pessoa ativa, que se envolve nas coisas	1	2	3	4	5	6	7	8
24. Acredito que consigo.	1	2	3	4	5	6	7	8

Muito Obrigado pela tua colaboração

D.1.3. Versão história 4 (Dependências sem Substância)

SICAD Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

Entidade promotora

«Logótipo ARS»

Questionário de Avaliação de Resultados

4ª narrativa

Este questionário incide sobre os conhecimentos que tens sobre os temas que irão ser abordados nesta narrativa, as tuas atitudes e comportamentos e a perceção que tens das tuas competências. É muito importante que respondas a todas as perguntas com calma, concentração e sinceridade. Se tiveres dúvidas pede ajuda.

1. Dados iniciais

Data de Realização: _____/_____/_____**Ano letivo:** _____/_____

Pré-Teste ☐ **Pós-Teste** ☐ **Follow-Up** ☐ (põe uma cruz na situação que se aplica)

Grupo Controlo ☐ **Grupo Experimental** ☐ (põe uma cruz na situação que se aplica)

Prevenção Universal ☐ **Prevenção Seletiva** ☐ **Indicada** ☐ (põe uma cruz na situação que se aplica)

Quantas vezes já participaste antes no Programa Eu e os Outros? _____ (põe o número que se aplica a ti, incluindo o zero)

1.1 Sexo		1.2 Tipo de turma/grupo	1.4 Código	Região	Instituição	Aplicador	Jogador
1.3 Idade							

No código de jogador coloca as iniciais do teu nome e apelido seguido do dia e do mês do teu aniversário (Ex. Raul Melo, 2 de março = RM0203)

2. Em relação às seguintes afirmações diz-nos as que consideras serem verdadeiras e aquelas que pensas serem falsas faz um círculo em torno da letra que está de acordo com a tua opinião

1. A partir dos 6 anos pode-se usar as tecnologias de informação e comunicação sem supervisão parental	V	F
2. As conversas privadas online, mesmo que sejam depreciativas/ofensivas/de dizer mal, não é mau, pois ninguém vê	V	F
3. A melhor forma de arranjar namorada/o é online.	V	F
4. A internet é uma forma de comunicar muito segura	V	F
5. As tecnologias de informação e comunicação são ótimas ferramentas para o desenvolvimento da aprendizagem	V	F
6. Mais de 3 horas por dia online é prejudicial para a tua saúde.	V	F
7. Partilhar online fotos com conteúdos sexuais pessoais não tem mal nenhum	V	F
8. O telemóvel faz parte de nós.	V	F
9. Não conseguir desligar-se do telemóvel é uma doença.	V	F
10. Estar com os amigos e ao telefone ao mesmo tempo, não é problema	V	F

3. Acesso e Uso – Internet

3.1 Com que idade começaste a utilizar a internet _____

3.2 De onde costumas aceder à Internet na maior parte das vezes?

Dispositivos fixos (ex. Computador de Secretária) ☐ Dispositivos móveis (ex. Telemóvel, Tablet, Portátil) ☐

3.3 Podes usar o Telemóvel na Escola/Trabalho? SIM ☐ NÃO ☐

3.4 Quantas vezes por dia usas o Telemóvel (para sms, ligar, facebook, jogos, apps)?

1-49 vezes; ☐ 50-99 vezes; ☐ 100-149 vezes; ☐ 150 e mais vezes ☐

3.5 Escolhe o local que costumas aceder mais vezes à Internet?

Casa ☐ Escola/Trabalho ☐ Sem local específico (exemplo: Telemóvel, Tablet) ☐

3.6 Os teus pais controlam o teu uso da internet (ex. limitam o tempo de utilização, procuram saber que sites tu exploras,…)

Sim ☐ Não ☐

3.7 Pensando nos últimos 30 dias, aproximadamente quantas horas por **dia** costumas usar a Internet, por lazer ou passatempo? (coloca uma cruz em cada uma das colunas de acordo com o tempo que dedicas a cada uma das atividades)

	Durante a semana	No fim-de-semana
- Até 4h	☐	☐
- Entre 4 e 8 h	☐	☐
- Entre 8 h e 16h	☐	☐
- Mais de 16h	☐	☐

3.8 Pensando nos últimos 30 dias, aproximadamente quantas horas por **semana** costumas usar a Internet, (coloca uma cruz em cada uma das colunas de acordo com o tempo que dedicas a cada uma das atividades)

	por lazer ou passatempo	para socializar com os amigos/colegas	para estudo/trabalho
Até 36h	☐	☐	☐
Entre 36h e 72h	☐	☐	☐
Entre 72h e 110 h	☐	☐	☐
Mais de 110h	☐	☐	☐

4. Preferências Online - Indica por **ordem de importância** as **TRÊS** atividades que mais costumas utilizar na internet: (Ex. 1º, 2º 3º)

a) Redes sociais online (ex.: Facebook, Twitter, Pintrest, Google Plus+, Tumblr, Instagram, Flickr, etc…) ☐
b) Serviços de e-mail, chat ou outros messengers (ex.: Whatsapp messenger, Snapchat, etc…) ☐
c) Procura de informação e notícias em geral (ex.: sites de jornais generalistas, desportivos, Wikipedia, etc…) ☐
d) Videojogos (tanto na internet como sem ser na internet) (ex.: jogos no computador, consola, telemóvel, Tablet, etc…) ☐
e) Apostas através de jogos (ex.: apostas em jogos de futebol, poker online). ☐
f) Compras (ex.: Ebay, Amazon, Custojusto, OLX) ☐
g) Multimédia (ex.: Youtube, séries, canais de televisão, vídeos, filmes, músicas, jogos de futebol) ☐
h) Conteúdos adultos (ex.: sites com conteúdos para maiores 18 anos) ☐
i) Procura de novas amizades (incluindo possíveis relacionamentos amorosos) ☐
j) Outra (por favor especifique): _____ ☐

5. Jogo Online –

5.1 Costumas jogar jogos online? Sim ☐ De vez em quando ☐ Não ☐

5.2 Se respondeste 'SIM' ou 'DE VEZ EM QUANDO' na resposta anterior, que tipo de jogos online costuma jogar? (podes assinalar mais do que opção)

Estratégia	☐	Desportivos	☐	Arcada (passar níveis)	☐
Apostas	☐	Guerra	☐	Outro	☐ Qual? _____

5.3 Com quem costumas jogar online? Individualmente ☐ Amigos ☐ Família ☐ Jogadores que só conhece online ☐

5.4 Costumas jogar jogos online com aposta em dinheiro? Sim ☐ Não ☐

5.5 Com quem costumas jogar a dinheiro? Amigos ☐ Família ☐ Jogadores que conheces online ☐

6. Comportamento online – Família/Escola/ Pares

6.1 Costumas fazer as refeições à mesa em família **sem os dispositivos móveis**? Sim ☐ Não ☐

6.2 Tens acesso durante a noite aos dispositivos móveis? Sim ☐ Não ☐

6.3 Levas o telemóvel para a escola?	Sim ☐	Não ☐
6.4 Podes usar o telemóvel nas aulas?	Sim ☐	Não ☐

6.5 Com que frequência acontece não prestares atenção a uma pessoa devido ao uso do telemóvel? (ex.: telefonema, mensagem, ver notificações) (escolhe uma das hipóteses)

1. Nunca ☐ 2. Raramente ☐ 3. Algumas Vezes ☐ 4. Muitas Vezes ☐ 5. Sempre ☐

6.6 Já alguma vez te sentiste prejudicado por alguém através da internet? Sim ☐ Não ☐

Se sim, como? (podes marcar mais do que uma opção)

1. Lançaram boatos sobre mim na internet ☐
2. Partilharam, na internet, imagens a gozar comigo ☐
3. Enviaram-me e-mails que me perturbaram (ex.: ameaças, comentários sexuais) ☐
4. Fizeram comentários online a ridicularizar-me ☐
5. Outro. Qual _____ ☐

7. Descreve o modo **como as seguintes frases se aplicam ao teu caso**:	Discordo Completamente	Discordo mais do que concordo	Concordo mais do que discordo	Concordo completamente	Não sei / Não quero responder
"Estar na internet tira-me tempo para a Escola/Trabalho"	☐	☐	☐	☐	☐
"Estar na internet tira-me tempo para dormir"	☐	☐	☐	☐	☐
"Estar na internet tira-me tempo para socializar com meus amigos/colegas"	☐	☐	☐	☐	☐
"Estar na internet tira-me tempo para namorar"	☐	☐	☐	☐	☐
"Estar na internet tira-me tempo para estar com minha família"	☐	☐	☐	☐	☐
"Estar na internet tira-me tempo para fazer exercício físico"	☐	☐	☐	☐	☐
"Estar na internet tira-me tempo para outras atividades lúdicas"	☐	☐	☐	☐	☐
"Tenho tendência para estar na internet quando tenho problemas emocionais (ex.: discussões, problemas na escola/trabalho, familiares, saúde)"	☐	☐	☐	☐	☐
"Considero-me dependente daquilo que faço na internet"	☐	☐	☐	☐	☐

8. Diz-nos, quais as motivações que te levaram a aceder à net pensando <u>nos últimos 12 meses</u>. Por favor assinala com uma X a opção que melhor se adeque a ti.	(quase) Nunca	Algumas vezes	Bastantes vezes	A maioria das vezes	Sempre	Não sei Não respondo
1. Para esqueceres as tuas preocupações?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. Porque os teus amigos te pressionaram para isso?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. Porque te ajuda quando te sentes triste ou irritado?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. Para entrar em contacto com os outros?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. Para te animar quando estás de mal humor?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. Porque te dá prazer?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7. Porque é excitante/desafiante?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8. Para ter um sentimento de excitação/euforia?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9. Porque é divertido estar em contacto com os outros?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10. Porque queres pertencer a um certo grupo de amigos?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
11. Para melhorar o teu contacto com os teus amigos e conhecidos?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
12. Para partilhar uma ocasião especial com os teus amigos?	☐	☐	☐	☐	☐	☐

13. Para te esqueceres dos teus problemas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14. Simplesmente porque é divertido?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
15. Para os outros gostarem de ti?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
16. Para não te sentires excluído?	☐	☐	☐	☐	☐	☐

9. Avalia em que medida concordas ou discordas com as seguintes afirmações relativamente ao uso da Internet não académico ou profissional (isto é: uso da internet por lazer/passatempo) tanto no computador como em outro tipo de dispositivo com acesso à Internet.	Discordo Totalmente	Discordo	Discordo um Pouco	Não concordo nem discordo	Concordo um Pouco	Concordo	Concordo Totalmente
1. Prefiro a interação social online em relação à comunicação face-à-face.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. Usei a Internet para falar com outras pessoas quando me senti sozinho(a).	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3.Quando não estou online por algum tempo, começo a preocupar-me com a ideia de me conectar.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4.Tenho dificuldade em controlar a quantidade de tempo que passo online.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. Tenho dificuldades em gerir a minha vida por causa da Internet.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. Sinto-me mais confortável com a interação social online do que com a interação face-à-face.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7. Usei a Internet para me sentir melhor quando estava em baixo.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8. Sentir-me-ia perdido(a) se não me pudesse conectar à Internet.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9. Sinto que é difícil controlar o meu uso da Internet.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10. Perdi compromissos ou atividades sociais por causa do meu uso da Internet.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
11. Prefiro comunicar-me com as pessoas online em vez de face-à-face.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
12. Usei a Internet para me sentir melhor quando estava chateado(a).	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
13. Penso obsessivamente em estar online quando não estou na Internet.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14. Quando não estou na Internet, é difícil resistir ao impulso de me conectar.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
15. O meu uso da Internet criou problemas na minha vida.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

10. Sono - Assinala os itens abaixo que melhor reflitam a tua avaliação quanto à presença de qualquer dificuldade ao nível do sono, pelo menos três vezes por semana durante o último mês.

10.1 Indução do sono (tempo que demoras a adormecer depois de apagar as luzes)
Nenhum Problema ☐ Ligeiramente demorado ☐ Marcadamente demorado ☐ Muito demorado ou não dormi de todo ☐

10. 2 Despertares durante à noite
Nenhum Problema ☐ Problema Menor ☐ Problema Considerável ☐ Problema sério ou não dormi de todo ☐

10.3 Despertar final antes do desejado
Não foi cedo ☐ Um pouco cedo ☐ Marcadamente cedo ☐ Muito cedo ou não dormi de todo ☐

10.4 Duração total do sono
Suficiente ☐ Ligeiramente insuficiente ☐ Marcadamente insuficiente ☐ Muito insuficiente ou não dormi de todo ☐

10.5 Qualidade geral do sono (sem ter em conta quanto tempo dormiu)
Satisfatória ☐ Ligeiramente insatisfatória ☐ Notavelmente insatisfatória ☐ Muito insatisfatória ou não dormi de todo ☐

10.6 Sensação de bem-estar durante o dia
Normal ☐ Ligeiramente diminuída ☐ Marcadamente diminuída ☐ Muito diminuída ☐

10.7 Funcionamento (físico e mental) durante o dia

Normal ☐ Ligeiramente diminuída ☐ Marcadamente diminuída ☐ Muito diminuída ☐

10.8 Sonolência durante o dia

Nenhuma ☐ Pouca ☐ Considerável ☐ Intensa ☐

11. Em relação às seguintes afirmações responde pondo um círculo ou uma cruz no número que corresponde à tua opinião, usando a escala que se segue - 1: Nada a ver comigo; 2: Um pouco a ver comigo; 3: Nem muito, nem pouco a ver comigo; 4: Muito a ver comigo; 5: Tudo a ver comigo

1. Sou bom a resistir à tentação	1	2	3	4	5
2. Tenho dificuldades em acabar com maus hábitos	1	2	3	4	5
3. Sou preguiçoso	1	2	3	4	5
4. Digo coisas inapropriadas	1	2	3	4	5
5. Faço coisas que me são prejudiciais, se forem divertidas	1	2	3	4	5
6. Recuso coisas que me sejam prejudiciais	1	2	3	4	5
7. Gostava de ter mais auto- disciplina (auto-controlo)	1	2	3	4	5
8. As pessoas diriam que tenho uma auto- disciplina de ferro (auto-controlo)	1	2	3	4	5
9. Por vezes, o prazer e o divertimento impossibilitam-me de acabar/fazer o meu trabalho escolar	1	2	3	4	5
10. Tenho dificuldades em concentrar-me	1	2	3	4	5
11. Sou capaz de trabalhar eficazmente em direção a objetivos de longo prazo	1	2	3	4	5
12. Às vezes não consigo parar de fazer determinada coisa, mesmo que saiba que está errada	1	2	3	4	5
13. Muitas vezes comporto-me sem pensar em todas as alternativas	1	2	3	4	5

Muito Obrigado pela tua colaboração

D.1.4. Versão história 8 (Álcool)

SICAD Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências
Entidade promotora

«Logótipo ARS»

Questionário de Avaliação de Resultados

8ª narrativa

Este questionário incide sobre os conhecimentos que tens sobre os temas que irão ser abordados nesta narrativa, as tuas atitudes e comportamentos e a perceção que tens das tuas competências. É muito importante que respondas a todas as perguntas com calma, concentração e sinceridade. Se tiveres dúvidas pede ajuda.

1. Dados iniciais **Data de Realização:** _____/_____/_____**Ano letivo:** _____/_____

Pré-Teste ☐ **Pós-Teste** ☐ **Follow-Up** ☐ (põe uma cruz na situação que se aplica)

Grupo Controlo ☐ **Grupo Experimental** ☐ (põe uma cruz na situação que se aplica)

Prevenção Universal ☐ **Prevenção Seletiva** ☐ **Indicada** ☐ (põe uma cruz na situação que se aplica)

Quantas vezes já participaste antes no Programa Eu e os Outros? ☐ (põe o número que se aplica a ti, incluindo o zero)

1.1 Sexo		1.2 Tipo de turma/grupo	1.4 Código	Região	Instituição	Aplicador	Jogador
1.3 Idade							

No código de jogador coloca as iniciais do teu nome e apelido seguido do dia e do mês do teu aniversário (Ex. Raul Melo, 2 de março = RM0203)

2. Em relação às seguintes afirmações diz-nos as que consideras serem verdadeiras e aquelas que pensas serem falsas faz um circulo em torno da letra que está de acordo com a tua opinião

1. As mulheres digerem e metabolizam o álcool de forma diferente dos homens.	V	F
2. Alguém que consome 4 bebidas padrão está dentro do padrão de consumo de baixo risco (por bebida padrão quer-se dizer um copo de vinho, uma lata de cerveja ou um copo de 33 cl, um cálice de bebida destilada).	V	F
3. Quanto mais cedo se começa a beber, maior a probabilidade de se vir a ter problemas relacionados com o álcool ao longo da vida.	V	F
4. O álcool ajuda a fazer a digestão.	V	F
5. Um em cada dois jovens (16 anos) português já se embriagou pelo menos uma vez na vida.	V	F
6. Quando se mistura água ou refrigerantes com bebidas alcoólicas diminui-se a quantidade de álcool ingerida.	V	F
7. São necessárias cerca de 4 horas para que o corpo metabolize 4 bebidas padrão (bebidas tipo ou unidades padrão de álcool) (por bebida padrão quer-se dizer um copo de vinho, uma lata de cerveja ou um copo de 33 cl, um cálice de bebida destilada).	V	F
8. É ilegal beber bebidas alcoólicas para qualquer pessoa com menos de 18 anos.	V	F
9. O fígado está preparado para "queimar" qualquer quantidade de álcool.	V	F
10. O álcool é uma substância psicoactiva (como o haxixe, a nicotina, a cocaína, por exemplo).	V	F
11. O álcool aquece.	V	F
12. O consumo de álcool nas crianças e nos jovens pode provocar problemas de aprendizagem.	V	F
13. A cerveja é boa para "matar" a sede.	V	F
14. Para reduzir o risco de apanhar uma bebedeira, uma pessoa deverá beber devagar, comer ao mesmo tempo, espaçar as bebidas no tempo e não ultrapassar os seus limites.	V	F
15. Um copo de whisky ou de vodka têm mais álcool que um copo de cerveja ou de vinho (unidades padrão).	V	F

3.1. Dá a tua opinião sobre "estar sob efeito de álcool" – em cada linha faz um círculo em torno de um único número que melhor corresponda à tua opinião.

Estar sob o efeito de álcool é…	**NEGATIVO**	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	**POSITIVO**
	DESAGRADÁVEL	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	**AGRADÁVEL**
	MAU	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	**BOM**
	INDESEJÁVEL	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	**DESEJÁVEL**

4.1 Já alguma vez experimentaste beber uma bebida alcoólica? Por bebida alcoólica entende, cerveja, vinho, água-pé, champagne, sangria, licores, álcoolpops, gin, vodka, wiskey, tequilha, aguardente, etc.

Não.	☐
Não, provei apenas (bebi um golo de um copo).	☐
Sim, pelo menos um copo.	☐

Se respondeste que nunca bebeste, salta para a questão 4.6

4.2 Se respondeste que já tinhas bebido uma bebida completa, com que idade bebeste a tua primeira bebida alcoólica (uma unidade padrão)? (por bebida padrão quer-se dizer um copo de vinho, uma lata de cerveja ou um copo de 25 cl, um cálice de bebida destilada)

____ anos

4.3 Relativamente ao teu consumo de bebidas alcoólicas diz-nos com que frequência acontecem as seguintes situações ou comportamentos	Nunca ou quase	Poucas vezes (Menos que 1x por semana	Algumas vezes por semana	Frequentemente (todos os dias ou quase)	Não sei Não respondo
1. Com que frequência bebes uma bebida alcoólica de qualquer tipo?	☐	☐	☐	☐	☐
2. Nos últimos 3 meses, com que frequência bebeste mais do que 4 bebidas padrão num dia?	☐	☐	☐	☐	☐
3. Nos últimos 3 meses, quantas vezes bebeste álcool com a tua família numa ocasião especial ou em férias?	☐	☐	☐	☐	☐
4. Nos últimos 3 meses, quantas vezes bebeste álcool com a tua família à refeição?	☐	☐	☐	☐	☐
5. Nos últimos 3 meses, quantas vezes bebeste álcool em festas em que os teus pais ou familiares estavam presentes	☐	☐	☐	☐	☐
6. Nos últimos 3 meses, quantas vezes bebeste álcool em festas com amigos em que não havia adultos por perto?	☐	☐	☐	☐	☐
7. Nos últimos 3 meses, quantas vezes bebeste álcool com um pequeno grupo de amigos quando não havia adultos por perto?	☐	☐	☐	☐	☐
8. Nos últimos 3 meses, quantas vezes bebeste álcool quando estavas sozinho?	☐	☐	☐	☐	☐

4.4 Pensando nos últimos 30 dias, quantas bebidas alcoólicas bebes num dia normal e ao fim-de-semana (sem ser num dia de festa)? (por bebida padrão quer-se dizer um copo pequeno de vinho, uma lata de cerveja ou uma imperial lata, um cálice de bebida destilada)

	Durante a semana	No fim-de-semana
Mais do que 7 bebidas alcoólicas	☐	☐
5 a 6 bebidas alcoólicas	☐	☐
3 a 4 bebidas alcoólicas	☐	☐
1 a 2 bebidas alcoólica	☐	☐
Eu não bebi nos últimos 30 dias bebidas alcoólicas	☐	☐

4.5. Nos <u>últimos 3 meses</u>… (assinala as situações que se apliquem)

Reduziste a quantidade de álcool que normalmente bebias por dia.	☐
Reduziste o número de vezes que bebeste.	☐
Mudaste para bebidas com menos álcool do que as que costumavas beber (ou mesmo sem álcool).	☐
Recusaste uma bebida alcoólica que não quisesses.	☐
Nenhuma das anteriores.	☐

4.6 Diz-nos, quantas vezes <u>nos últimos 3 meses</u> se verificaram as seguintes situações, na sequência do teu consumo de bebidas alcoólicas.	Nunca	Uma vez	Duas vezes	3 - 4 vezes	5 - 11vezes	12 vezes ou mais	Não sei / Não respondo
1. Quantas vezes planeaste embebedar-te?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. Quantas vezes bebeste mais do que tinhas planeado?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. Quantas vezes te sentiste mal depois de beber?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. Quantas vezes tiveste uma ressaca depois de beberes?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. Com que frequência não foste capaz de te lembrar do que aconteceu num dia em que consumiste álcool?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. Em quantas ocasiões te chamaram nomes (te ofenderam) por estares sob efeito do álcool?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7. Em quantas ocasiões te envolveste numa luta com alguém estando tu sob o efeito de álcool?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8. Em quantas ocasiões danificaste alguma coisa estando tu sob o efeito de álcool?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9. Quando estavas sob o efeito do álcool, quantas vezes tiveste relações sexuais de que mais tarde te arrependesses?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10. Quando estavas sob o efeito do álcool, quantas vezes tiveste relações sexuais em que tiveste medo de uma possível gravidez ou de contrair uma doença sexualmente transmissível?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
11. Quando estavas sob o efeito do álcool, quantas vezes foste sexualmente provocado(a) / assediado(a) / molestado(a)?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
12. Quantas vezes o teu rendimento escolar foi afetado pelo consumo de álcool?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
13. Quantas vezes arranjaste problemas com os teus amigos? (isto é, os teus amigos ficaram chateados contigo) por causa do consumo de álcool?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14. Quantas vezes alguém com quem estavas a sair reclamou com o teu comportamento na sequência do consumo de álcool?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
15. Quantas vezes arranjaste problemas com os teus pais por causa do consumo de álcool?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
16. Quantas vezes arranjaste problemas na escola por causa do consumo de álcool?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
17. Quantas vezes arranjaste problemas com a polícia por causa do consumo de álcool?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

4.7 Diz-nos, quantas vezes nos últimos 3 meses se verificaram as seguintes situações na sequência do consumo de bebidas alcoólicas de outras pessoas.	Nunca	Uma vez	Duas vezes	3 - 4 vezes	5 - 11vezes	12 vezes ou mais	Não sei / Não respondo
1. Quantas vezes foste ofendido/gozado por alguém sob o efeito de álcool?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. Quantas vezes alguém sob o efeito de álcool te bateu?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. Quantas vezes alguma coisa tua foi danificada por alguém sob o efeito de álcool?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. Quantas vezes foste passageiro num carro em que o condutor estava sob o efeito de álcool?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. Quantas vezes foste provocado(a)/assediado(a)/maltratado(a) sexualmente por alguém sob o efeito de álcool?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. Quantas vezes tiveste de evitar que um(a) amigo(a) que bebeu álcool arranjasse problemas?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

5. Em relação às seguintes afirmações responde pondo um círculo ou uma cruz na letra que corresponde à tua opinião, usando a escala que se segue: 1 = discordo completamente, 2 = discordo, 3 = nem concordo nem discordo, 4= concordo, 5 = concordo completamente

1. O Álcool geralmente tem fortes efeitos positivos nas pessoas (faz as pessoas sentirem-se bem e felizes; o futuro parece mais brilhante).	1	2	3	4	5
2. O Álcool pode ajudar-nos ou prejudicar-nos no estar bem junto de outras pessoas (faz uma pessoa ter vontade para se divertir com os outros; faz uma pessoa ser má para os outros).	1	2	3	4	5
3. O Álcool ajuda as pessoas a pensarem melhor e ajuda à coordenação (a pessoa compreende e pensa melhor; Consegue fazer melhor as coisas)	1	2	3	4	5
4. O Álcool melhora o sexo (torna-o mais agradável; faz-nos sentir mais românticos ou sexys, torna mais fácil ter relações sexuais).	1	2	3	4	5
5. O Álcool prejudica o pensamento da pessoa e prejudica a sua coordenação motora (choca contra as coisas, comporta-se de forma tonta, leva a uma ressaca).	1	2	3	4	5
6. O Álcool faz as pessoas sentirem-se mais fortes e mais poderosas (facilita lutar, falar na presença dos outros, fazer frente aos outros).	1	2	3	4	5
7. O álcool ajuda as pessoas a relaxar, sentirem-se menos tensas e pode ajudar a pessoa a esquecer problemas na escola ou no trabalho.	1	2	3	4	5

6. Mesmo que não bebas álcool, em que medida te sentes confiante relativamente à tua capacidade de … (responde mesmo que não bebas bebidas alcoólicas. Esta pergunta tem a ver com a perceção que tens daa tua capacidade de lidar com a situação caso venhas a ter de lidar com ela). **Põe um círculo ou uma cruz na letra que corresponde à tua opinião, usando a escala que se segue:** 1= muito pouco confiante 2= pouco confiante 3 = nem muito nem pouco confiante, 4= confiante 5 = muito confiante

1. Controlar ao teu consumo de bebidas alcoólicas?	1	2	3	4	5
2. Ajudar o(a) teu(tua) amigo(a) a controlar o consumo de bebidas alcoólicas ?	1	2	3	4	5
3. Saber o que fazer quando te apercebes que estás alterado pelo efeito das bebidas alcoólicas que já tomaste?	1	2	3	4	5
4. Saber o que fazer quando te apercebes que teu(tua) amigo(a) está alterado pelo efeito das bebidas alcoólicas que ele já tomou?	1	2	3	4	5
5. Saber lidar com a tua ressaca (saber o que fazer quando estás de ressaca)?	1	2	3	4	5
6. Saber lidar com a ressaca de um(a) teu(tua) amigo (a)?	1	2	3	4	5

SICAD Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências
Entidade promotora

«Logótipo ARS»

7. As perguntas que se seguem têm a ver como a forma como te pensas e te sentes em relação a ti próprio. Responde usando a escala que se segue, colocando um círculo em torno do valor que melhor represente a tua opinião:

FALSO - NÃO ME DESCREVE							VERDADEIRO - DESCREVE-ME
1	2	3	4	5	6	7	8
Esta afirmação não me descreve, não tem nada a ver comigo		Mais falso do que verdadeiro		Mais verdadeiro do que falso		Esta afirmação tem muito a ver comigo, descreve-me muito bem	

1. Planeio e uso o meu tempo de forma eficiente.	1	2	3	4	5	6	7	8
2. Sou bem sucedido em situações sociais.	1	2	3	4	5	6	7	8
3. Quando trabalho num projeto, dou o meu melhor para que os detalhes estejam corretos.	1	2	3	4	5	6	7	8
4. Se houver uma ideia melhor, mudo facilmente os meus pensamentos ou opiniões.	1	2	3	4	5	6	7	8
5. Consigo fazer com que as pessoas trabalhem para mim.	1	2	3	4	5	6	7	8
6. Consigo manter-me calmo em situações stressantes.	1	2	3	4	5	6	7	8
7. Gosto de estar ocupado e ativamente envolvido em atividades.	1	2	3	4	5	6	7	8
8. Estou confiante de que tenho a capacidade de ser bem-sucedido (a), em qualquer coisa que pretenda fazer.	1	2	3	4	5	6	7	8
9. Não desperdiço tempo.	1	2	3	4	5	6	7	8
10. Sou competente em situações sociais.	1	2	3	4	5	6	7	8
11. Tento obter os melhores resultados nas coisas que faço.	1	2	3	4	5	6	7	8
12. Sou aberto(a) a novas ideias.	1	2	3	4	5	6	7	8
13. Sou bom (boa) líder quando é necessário realizar uma tarefa.	1	2	3	4	5	6	7	8
14. Fico calmo e ultrapasso a ansiedade em situações novas ou que impliquem mudança.	1	2	3	4	5	6	7	8
15. Gosto de ser ativo e energético.	1	2	3	4	5	6	7	8
16. Quando me dedico mesmo a algo fico confiante de que terei sucesso.	1	2	3	4	5	6	7	8
17. Sou capaz de gerir bem a forma como uso o meu tempo.	1	2	3	4	5	6	7	8
18. Comunico bem com as outras pessoas.	1	2	3	4	5	6	7	8
19. Tento fazer o melhor que me é possível.	1	2	3	4	5	6	7	8
20. Sou adaptável e flexível na minha forma de pensar e ideias.	1	2	3	4	5	6	7	8
21. Como líder, quando é necessário realizar uma tarefa, motivo bem as outras pessoas.	1	2	3	4	5	6	7	8
22. Mantenho-me calmo quando as coisas correm mal.	1	2	3	4	5	6	7	8
23. Gosto de ser uma pessoa ativa, que se envolve nas coisas.	1	2	3	4	5	6	7	8
24. Acredito que consigo.	1	2	3	4	5	6	7	8

Muito Obrigado pela tua colaboração

D.2. Junto aos aplicadores

D.2.1. Prevenção dos Problemas ligados ao Consumo de Substâncias Psicoativas

SICAD Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

Estudo do Impacto do Programa Eu e os Outros

Prevenção dos Problemas ligados ao Consumo de Substâncias Psicoativas

Questionário de Caracterização dos Aplicadores

Pré-Teste / Pós Teste

(coloque um círculo em torno do Pré ou do Pós Teste consoante seja o caso)

Grupo de Intervenção / Grupo Controlo

(coloque um círculo em torno do tipo de grupo consoante vá implementar o programa ou integre um grupo de referencia para comparação com os primeiros)

Este questionário incide sobre os conhecimentos que tem sobre os problemas ligados ao álcool, as suas atitudes em relação ao consumo de substâncias psicoativas e a perceção sobre como deve ser a prevenção, a avaliação do seu grau de cansaço em contexto laboral, bem como da perceção sobre a iniciativa que leva alguém a uma intervenção voluntária. É muito importante que responda a todas as perguntas com calma, concentração e sinceridade. Se tiver dúvidas, por favor peça ajuda.

Não queremos saber o seu nome, em vez disso pedimos-lhe que escreva um código do qual constem a referência da Região / Unidade de Intervenção Local, a referência da sua instituição e finalmente o seu código de aplicador. Todos estes elementos deverão ser solicitados ao formador.

Região _____ Escola/Instituição _____ Aplicador _____

Quando terminar, põe o seu questionário directamente no envelope de modo a que ninguém veja as suas respostas. Obrigado pela sua colaboração!

1. **Dados de caracterização Geral**

1.1 Sexo	1.2 Idade
1.3 Nível académico	1.4 Profissão
1.5 Contexto de Implementação (escolar/não escolar)	1.6 Enquadramento na instituição (interno ou externo)

2. **Qual o grau de Experiência Anterior.** Coloque um círculo em torno da opção que considera mais adequada para 1 = muito pouca experiência 2 = pouca experiência 3 = nem muita nem pouca experiência, 4 = bastante experiência e 5 = muita experiência.

Na abordagem aos problemas ligados ao álcool	1 2 3 4 5
Em projectos de prevenção e promoção da saúde (sem considerar a experiência de participação em áreas curriculares não disciplinares como formação cívica e área de projecto)	1 2 3 4 5
Em projectos de intervenções de tipo interactivo/dinâmica de grupo	1 2 3 4 5

A entrega do presente questionário será assumida com um consentimento informado para a utilização dos dados no estudo, salvaguardando-se a total confidencialidade dos mesmos.

SICAD Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

eu e os outros

3. Como entende que deverá ser um projecto de prevenção – ordene por grau de importância as seguintes afirmações sem repetições de número de ordem sendo o 1 = mais importante e 12 = menos importante.

Organizar dias de actividades de desportos radicais nos tempos livres	
Fornecer informações correctas e objectivas sobre toxicodependência e os efeitos das diferentes drogas	
Promover actividades lúdicas que desenvolvam e valorizem as capacidades de cada um	
Proibir o consumo de substâncias potencialmente aditivas nos espaços dedicados a crianças e jovens ..	
Organizar um debate com especialistas que vá ao encontro das dúvidas e ansiedades dos jovens	
Promover programas de realojamento, permitindo a erradicação dos "bairros de lata"	
Desenvolver actividades que permitam a cada um ter uma melhor noção dos seus limites	
Promover o contacto directo com ex-toxicodependentes e suas histórias de vida	
Providenciar um maior policiamento nas zonas contíguas às escolas	
Fomentar a cooperação e o trabalho de equipa nas actividades de sala de aula	
Incentivar os pais a exercer um maior controlo nas actividades sociais dos filhos	
Desenvolver clubes e *ateliers* com actividades aliciantes para as crianças e jovens	

4.1 Que nível de informação considera ter sobre os problemas ligados com comportamentos aditivos e dependências para 1 = muito pouca informação, 2 = pouca informação, 3 = nem muita nem pouca informação, 4 = bastante informação, 5 = muita informação

4.2. Responda em relação ao grau de concordância com as seguintes afirmações - para F = FALSO e V = VERDADEIRO

1. Sentir a necessidade de fumar um cigarro por dia já significa estar dependente da nicotina.	V	F
2. As mulheres digerem e metabolizam o álcool de forma diferente dos homens.	V	F
3. O tabaco tem efeitos nocivos a nível da saúde sexual e reprodutiva.	V	F
4. Quanto mais cedo se começa a beber maior a probabilidade de se vir a ter problemas relacionados com o álcool ao longo da vida.	V	F
5. A mistura de substâncias aumenta em dez vezes os riscos associados ao consumo de cada uma delas.	V	F
6. Algumas pessoas, sob o efeito da cannabis, ficam paranóicas.	V	F
7. É legal, em Portugal, consumir Cannabis acima dos 18 anos.	V	F
8. As substâncias psicoativas/drogas alteram a nossa forma de pensar, sentir e agir e podem criar a necessidade de continuar a consumi-las.	V	F
9. O ecstasy faz a pessoa sentir-se com mais energia, mas o seu uso regular pode trazer tristeza, depressão e ansiedade	V	F
10. A partir dos 16 anos uma pessoa pode beber qualquer tipo de bebida alcoólica.	V	F
11. As pessoas que abusam de esteróides podem ficar mais agressivas e com flutuações do humor.	V	F
12. Um dos principais riscos para quem consome Ecstasy é a desidratação.	V	F

A entrega do presente questionário será assumida com um consentimento informado para a utilização dos dados no estudo, salvaguardando-se a total confidencialidade dos mesmos.

13. A maior parte das pessoas da tua idade, já experimentaram fumar cannabis alguma vez na vida.	V	F
14. As substâncias usadas para emagrecer (anorexígenos) são estimulantes.	V	F
15. Um consumidor regular de cannabis, pode parar de consumir em qualquer altura, porque não há ressaca.	V	F
16. O consumo de álcool nas crianças e nos jovens pode provocar problemas de aprendizagem.	V	F
17. O consumo de bebidas energéticas não traz riscos para a saúde	V	F
18, O álcool dá energia.	V	F
19. O risco de vir a consumir substâncias é igual para todos os jovens	V	F
20. A lei portuguesa permite a venda de tabaco a menores de 18 anos	V	F

5. Dê a sua opinião sobre "estar sob efeito de substâncias psicoativas" – faça um círculo em torno do número que melhor corresponda à sua opinião

Considero estar sob o efeito de substâncias psicoativas …

POSITIVO	4	3	2	1	0	-1	-2	-3	-4	NEGATIVO
AGRADÁVEL	4	3	2	1	0	-1	-2	-3	-4	DESAGRADÁVEL
BOM	4	3	2	1	0	-1	-2	-3	-4	MAU
DESEJÁVEL	4	3	2	1	0	-1	-2	-3	-4	INDESEJÁVEL

6. Em relação às seguintes afirmações responde pondo um círculo ou uma cruz na letra que corresponde à tua opinião, usando a escala que se segue:

1. **Tenho-me sentido tenso ou agitado**	A maior parte do tempo	
	Muitas vezes	
	De vez em quando, ocasionalmente	
	Nunca	
2. **Continuo a gostar das coisas de que costumava gostar**	Exactamente da mesma maneira	
	Não tanto como antigamente	
	Só um bocado	
	Quase nada	
3. **Tenho tido uma espécie de sensação de ameaça, como se alguma coisa terrível estivesse para acontecer**	Sim, exactamente isso e, é grave	
	Sim, mas não é muito grave	
	Um pouco, mas não me preocupa	
	Nunca	
4. **Consigo rir e ver o lado divertido das coisas**	Tanto como sempre pude	
	Menos vezes do que antigamente	
	Poucas vezes, hoje em dia	
	Nunca	
5. **Têm passado pela minha cabeça pensamentos preocupados**	A maior parte do tempo	
	Muitas vezes	
	De vez em quando, mas não é muito frequente	
	Só ocasionalmente	

A entrega do presente questionário será assumida com um consentimento informado para a utilização dos dados no estudo, salvaguardando-se a total confidencialidade dos mesmos.

6. **Sinto-me bem disposto**	Nunca	
	Não muito frequentemente	
	Às vezes	
	A maior parte do tempo	
7. **Consigo sentar-me descontraidamente e sentir-me relaxado**	Sem dúvida	
	Habitualmente	
	Não muito frequentemente	
	Nunca	
8. **Tenho-me sentido como se estivesse em *câmara lenta***	Quase sempre	
	Muitas vezes	
	Às vezes	
	Nunca	
9. **Tenho sentido uma espécie de medo que me dá um nó no estômago**	Nunca	
	Ocasionalmente	
	Bastantes vezes	
	Muito frequentemente	
10. **Tenho perdido o interesse pela minha aparência**	Sim, de certeza	
	De facto, não tenho o cuidado que devia ter	
	Penso já não ter o mesmo cuidado	
	Não, tenho tido tanto interesse como antigamente	
11. **Tenho-me sentido inquieto, como se estivesse sempre em acção**	Muito	
	Bastante	
	Não muito	
	Nunca	
12. **Encaro o futuro com alegria**	Sim, como sempre aconteceu	
	Menos vezes do que era costume	
	Muito menos do que era costume	
	Não, de forma nenhuma	
13. **Tenho tido súbitas sensações de pânico**	Muitas vezes	
	Bastantes vezes	
	Poucas vezes	
	Nunca	
14. **Consigo apreciar um bom livro, um programa de rádio ou de televisão**	Frequentemente	
	Por vezes	
	Poucas vezes	
	Raramente	

A entrega do presente questionário será assumida com um consentimento informado para a utilização dos dados no estudo, salvaguardando-se a total confidencialidade dos mesmos.

SICAD Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

eu e os outros

7. As afirmações que se seguem referem-se a possíveis **motivações** que levam as pessoas a **voluntariar-se para projetos prossociais**. De acordo com uma escala de respostas que varia de 1 = discordo plenamente a 5 = concordo plenamente, indique até que ponto cada uma das afirmações seguintes descreve o que o leva a ser voluntariar-se. Por favor, responda honestamente a todas as questões.

1. Quanto mais nos damos à vida mais retiramos dela.	1	2	3	4	5
2. Uma pessoa só tem que confiar nos nossos líderes para lidarem com os grandes problemas	1	2	3	4	5
3. Às vezes acontecem coisas na vida que nos fazem tomar a iniciativa.	1	2	3	4	5
4. Pessoas com vidas normais não sentem a necessidade de se envolver fortemente em causas sociais.	1	2	3	4	5
5. Alguns problemas são mais importantes que a minha vida pessoal	1	2	3	4	5
6. Não podemos realmente mudar coisas na nossa comunidade, é essa a realidade.	1	2	3	4	5
7. Só haverá paz quando houver justiça.	1	2	3	4	5
8. A maioria das pessoas que se envolve em causas sociais tem normalmente algum tipo de problema pessoal.	1	2	3	4	5
9. Pôr dinheiro numa caixa de esmola não é suficiente, temos também que agir em função do que acreditamos.	1	2	3	4	5
10. Tomar conta da minha família toma-me todo o tempo que tenho.	1	2	3	4	5
11. Não chega apenas falar do que está mal. Temos de fazer alguma coisa.	1	2	3	4	5
12. Eu gostaria de fazer mais pela causa social mas outras coisas intrometem-se no caminho	1	2	3	4	5
13. Nada que eu possa fazer pode realmente mudar os problemas do mundo	1	2	3	4	5
14. Uma pessoa deve viver de forma simples de modo que outros possam viver simplesmente.	1	2	3	4	5
15. Quando uma pessoa se envolve com uma causa isso só aborrece as pessoas que lhe são próximas	1	2	3	4	5
16. Não podemos mudar realmente o mundo, é essa a realidade.	1	2	3	4	5
17. Eu sei que quando estou a ajudar alguém me estou a ajudar a mim próprio	1	2	3	4	5
18. Há pessoas no mundo que simplesmente não podem ser ajudadas	1	2	3	4	5
19. Acho que sou uma dessas pessoas que têm de fazer qualquer coisa quando sinto fortemente que a tenho de fazer	1	2	3	4	5
20. Defender o que se acredita apenas nos arranjará problemas	1	2	3	4	5

Obrigado

A entrega do presente questionário será assumida com um consentimento informado para a utilização dos dados no estudo, salvaguardando-se a total confidencialidade dos mesmos.

D.2.2. Prevenção dos Problemas ligados ao Álcool

Estudo do Impacto do Programa Eu e os Outros

Prevenção dos Problemas ligados ao Álcool

Questionário de Caracterização dos Aplicadores

Pré-Teste Pós Teste

(coloque um círculo em torno do Pré ou do Pós Teste consoante seja o caso)

Este questionário incide sobre os conhecimentos que tens sobre os problemas ligados ao álcool, as tuas atitudes e comportamentos em relação ao consumo de bebidas alcoólicas e a percepção das tuas competências sócio-emocionais. É muito importante que respondas a todas as perguntas com calma, concentração e sinceridade. Se tiveres dúvidas pede ajuda.

Não queremos saber o seu nome, em vez disso pedimos-lhe que escreva um código do qual constem as iniciais da Região (**N**orte, **C**entro, **L**isboa e Vale do Tejo, **A**lentejo, **ALG**arve, **M**adeira, **Aç**ores) as iniciais da sua instituição (ex. **ESR –** Escola Secundária da Ramada),as iniciais do seu primeiro e último nome (ex. **RM** para Raul Melo) e o dia do seu aniversário (só o dia do mês - **um número de 1 a 31**)

Região _____ Escola/Instituição _____ Iniciais _____ Dia do aniversário _____

Quando terminar, põe o seu questionário directamente no envelope de modo a que ninguém tenha de ver as suas respostas. Obrigado pela sua colaboração!

1. Dados de caracterização Geral

1.1 Sexo	1.2 Idade
1.3 Nível académico	1.4 Profissão
1.5 Contexto de Implementação (escolar/não escolar)	1.6 Enquadramento na instituição (interno ou externo)

2. Qual o grau de Experiência Anterior. Coloque um círculo em torno da opção que considera mais adequada para 1 = muito pouca experiência 2 = pouca experiência 3 = nem muita nem pouca experiência, 4 = bastante experiência e 5 = muita experiência.

Na abordagem aos problemas ligados ao álcool	1 2 3 4 5
Em projectos de prevenção e promoção da saúde (sem considerar a experiência de participação em áreas curriculares não disciplinares como formação cívica e área de projecto)	1 2 3 4 5
Em projectos de intervenções de tipo interactivo/dinâmica de grupo	1 2 3 4 5

3. Como entende que deverá ser um projecto de prevenção – ordene por grau de importância as seguintes afirmações sem repetições de número de ordem sendo o 1 = mais importante e 12 = menos importante.

A entrega do presente questionário será assumida com um consentimento informado para a utilização dos dados no estudo, salvaguardando-se a total confidencialidade dos mesmos.

Organizar dias de actividades de desportos radicais nos tempos livres	
Fornecer informações correctas e objectivas sobre toxicodependência e os efeitos das diferentes drogas	
Promover actividades lúdicas que desenvolvam e valorizem as capacidades de cada um	
Proibir o consumo de substâncias potencialmente aditivas nos espaços dedicados a crianças e jovens ..	
Organizar um debate com especialistas que vá ao encontro das dúvidas e ansiedades dos jovens	
Promover programas de realojamento, permitindo a erradicação dos "bairros de lata"	
Desenvolver actividades que permitam a cada um ter uma melhor noção dos seus limites	
Promover o contacto directo com ex-toxicodependentes e suas histórias de vida	
Providenciar um maior policiamento nas zonas contíguas às escolas	
Fomentar a cooperação e o trabalho de equipa nas actividades de sala de aula	
Incentivar os pais a exercer um maior controlo nas actividades sociais dos filhos	
Desenvolver clubes e *ateliers* com actividades aliciantes para as crianças e jovens	

4.1 Que nível de informação considera ter sobre os problemas ligados com o álcool
para 1 = muito pouca informação, 2 = pouca informação, 3 = nem muita nem pouca informação, 4 = bastante informação, 5 = muita informação

1 2 3 4 5

4.2. Responda em relação ao grau de concordância com as seguintes afirmações - para F = FALSO e V = VERDADEIRO

1. A cerveja contém entre 2 a 12% de álcool por litro	**V**	**F**
2. As mulheres digerem e metabolizam o álcool de forma diferente dos homens	**V**	**F**
3. Alguém que consume 4 bebidas padrão está dentro do padrão de consumo de baixo risco (por bebida padrão quer-se dizer um copo de vinho, uma lata de cerveja ou um copo de 33 cl, um cálice de bebida destilada)	**V**	**F**
4. Quanto mais cedo se começa a beber maior a probabilidade de se vir a ter problemas relacionados com o álcool ao longo da vida	**V**	**F**
5. O álcool ajuda a fazer a digestão	**V**	**F**
6. Um em cada dois jovens (16 anos) português já se embriagou pelo menos uma vez na vida	**V**	**F**
7. Quando se mistura água ou refrigerantes com bebidas alcoólicas diminui-se a quantidade de álcool ingerida	**V**	**F**
8. Uma pessoa não pode ficar alcoólica só por beber cerveja	**V**	**F**
9. São necessárias cerca de 4 horas para que o corpo metabolize 4 bebidas padrão (bebidas tipo ou unidades padrão de álcool) (por bebida padrão quer-se dizer um copo de vinho, uma lata de cerveja ou um copo de 33 cl, um cálice de bebida destilada)	**V**	**F**
10. É ilegal beber bebidas alcoólicas para qualquer pessoa com menos de 18 anos	**V**	**F**
11. O álcool faz com que as pessoas se sintam sempre bem-dispostas	**V**	**F**

A entrega do presente questionário será assumida com um consentimento informado para a utilização dos dados no estudo, salvaguardando-se a total confidencialidade dos mesmos.

12. As mulheres grávidas não podem beber bebidas alcoólicas porque o álcool faz mal ao bebé	V	F
13. O fígado está preparado para "queimar" qualquer quantidade de álcool	V	F
14. O álcool é uma substância psicoactiva (como o haxixe, a nicotina, a cocaína, por exemplo)	V	F
15. O álcool aquece	V	F
16. O consumo de álcool nas crianças e nos jovens pode provocar problemas de aprendizagem	V	F
17. O álcool quando passa para o sangue tem preferências pelas partes do nosso organismo que têm mais água como por exemplo o cérebro	V	F
18, A cerveja é boa para "matar" a sede	V	F
19. Para reduzir o risco de apanhar uma bebedeira uma pessoa deverá beber devagar, comer ao mesmo tempo, espaçar as bebidas no tempo e não ultrapassar os seus limites	V	F
20. Um copo de whisky ou de vodka têm mais álcool que um copo de cerveja ou de vinho (unidades padrão).	V	F

5. Dê a sua opinião sobre "estar sob efeito de álcool" – faça um círculo em torno do número que melhor corresponda à sua opinião

Considero estar sob o efeito de álcool …

POSITIVO	4	3	2	1	0	-1	-2	-3	-4	NEGATIVO
AGRADÁVEL	4	3	2	1	0	-1	-2	-3	-4	DESAGRADÁVEL
BOM	4	3	2	1	0	-1	-2	-3	-4	MAU
DESEJÁVEL	4	3	2	1	0	-1	-2	-3	-4	INDESEJÁVEL

6. Relativamente ao consumo de bebidas alcoólicas - (Por "bebida" entende-se aproximadamente uma garrafa de vidro / lata de cerveja (25-33 cl), um copo / garrafa / lata de cidra (25-33 cl), uma garrafa de alcopops (27 cl), um copo de vinho (10-12,5 cl) ou um copo de aguardente (4 cl)).

6.1 Já alguma vez bebeu bebidas alcoólicas? (faça um círculo em torno da opção correcta) SIM NÃO

6.2 Se sim **com que idade experimentou** beber uma bebida álcool pela primeira vez _____

6.3 Qual a **frequência** com que consumiu bebidas alcoólicas nos **últimos 30 dias**. (assinalar com uma cruz a opção correcta em relação a cada um dos tipos de bebida)	Nunca	Menos de uma vez por semana	Várias vezes por semana	Diariamente ou quase	Várias vezes ao dia

6.4 Nos **últimos 30 dias,** quantas bebidas você bebeu num dia normal, em que você bebeu álcool, (como cerveja, alcopops, vinho, ou bebidas espirituosas)?	Não bebi álcool	1 a 3 bebidas	4 a 5 bebidas	Entre 6 e 9 bebidas	Mais do que 10 bebidas

A entrega do presente questionário será assumida com um consentimento informado para a utilização dos dados no estudo, salvaguardando-se a total confidencialidade dos mesmos.

SICAD Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

eu e os outros

7. Em relação às seguintes afirmações responde pondo um círculo ou uma cruz na letra que corresponde à tua opinião, usando a escala que se segue: 1 = discordo completamente, 2 = discordo, 3 = nem concordo nem discordo, 4= concordo, 5 = concordo completamente

1. O Álcool geralmente tem fortes efeitos positivos nas pessoas (faz as pessoas sentirem-se bem e felizes; o futuro parece mais brilhante).	1	2	3	4	5
2. O Álcool pode ajudar-nos ou prejudicar-nos no estar bem junto de outras pessoas (faz uma pessoa ter vontade para se divertir com os outros; faz uma pessoa ser má para os outros).	1	2	3	4	5
3. O Álcool ajuda as pessoas a pensarem melhor e ajuda à coordenação (a pessoa compreende e pensa melhor; Consegue fazer melhor as coisas)	1	2	3	4	5
4. O Álcool melhora o sexo (torna-o mais agradável; faz-nos sentir mais românticos ou sexys, torna mais fácil ter relações sexuais).	1	2	3	4	5
5. O Álcool prejudica o pensamento da pessoa e prejudica a sua coordenação motora (choca contra as coisas, comporta-se de forma tonta, leva a uma ressaca).	1	2	3	4	5
6. O Álcool faz as pessoas sentirem-se mais fortes e mais poderosas (facilita lutar, falar na presença dos outros, fazer frente aos outros).	1	2	3	4	5
7. O álcool ajuda as pessoas a relaxar, sentirem-se menos tensas e pode ajudar a pessoa a esquecer problemas na escola ou no trabalho.	1	2	3	4	5

8. Em relação às seguintes afirmações responde pondo um círculo ou uma cruz na letra que corresponde à tua opinião, usando a escala que se segue:

1. **Tenho-me sentido tenso ou agitado**	A maior parte do tempo	
	Muitas vezes	
	De vez em quando, ocasionalmente	
	Nunca	
2. **Continuo a gostar das coisas de que costumava gostar**	Exactamente da mesma maneira	
	Não tanto como antigamente	
	Só um bocado	
	Quase nada	
3. **Tenho tido uma espécie de sensação de ameaça, como se alguma coisa terrível estivesse para acontecer**	Sim, exactamente isso e, é grave	
	Sim, mas não é muito grave	
	Um pouco, mas não me preocupa	
	Nunca	
4. **Consigo rir e ver o lado divertido das coisas**	Tanto como sempre pude	
	Menos vezes do que antigamente	
	Poucas vezes, hoje em dia	
	Nunca	
5. **Têm passado pela minha cabeça pensamentos preocupados**	A maior parte do tempo	
	Muitas vezes	
	De vez em quando, mas não é muito frequente	
	Só ocasionalmente	

A entrega do presente questionário será assumida com um consentimento informado para a utilização dos dados no estudo, salvaguardando-se a total confidencialidade dos mesmos.

6. **Sinto-me bem disposto**	Nunca	
	Não muito frequentemente	
	Às vezes	
	A maior parte do tempo	
7. **Consigo sentar-me descontraidamente e sentir-me relaxado**	Sem dúvida	
	Habitualmente	
	Não muito frequentemente	
	Nunca	
8. **Tenho-me sentido como se estivesse em *câmara lenta***	Quase sempre	
	Muitas vezes	
	Às vezes	
	Nunca	
9. **Tenho sentido uma espécie de medo que me dá um nó no estômago**	Nunca	
	Ocasionalmente	
	Bastantes vezes	
	Muito frequentemente	
10. **Tenho perdido o interesse pela minha aparência**	Sim, de certeza	
	De facto, não tenho o cuidado que devia ter	
	Penso já não ter o mesmo cuidado	
	Não, tenho tido tanto interesse como antigamente	
11. **Tenho-me sentido inquieto, como se estivesse sempre em acção**	Muito	
	Bastante	
	Não muito	
	Nunca	
12. **Encaro o futuro com alegria**	Sim, como sempre aconteceu	
	Menos vezes do que era costume	
	Muito menos do que era costume	
	Não, de forma nenhuma	
13. **Tenho tido súbitas sensações de pânico**	Muitas vezes	
	Bastantes vezes	
	Poucas vezes	
	Nunca	
14. **Consigo apreciar um bom livro, um programa de rádio ou de televisão**	Frequentemente	
	Por vezes	
	Poucas vezes	
	Raramente	

A entrega do presente questionário será assumida com um consentimento informado para a utilização dos dados no estudo, salvaguardando-se a total confidencialidade dos mesmos.

9. As afirmações que se seguem referem-se a possíveis **motivações** que levam as pessoas a **voluntariar-se para projectos prossociais**. De acordo com uma escala de respostas que varia de 1 = discordo plenamente a 5 = concordo plenamente, indique até que ponto cada uma das afirmações seguintes descreve o que o leva a ser voluntariar-se. Por favor, responda honestamente a todas as questões.

1. Quanto mais nos damos à vida mais retiramos dela.	1	2	3	4	5
2. Uma pessoa só tem que confiar nos nossos lideres para lidarem com os grandes problemas	1	2	3	4	5
3. Às vezes acontecem coisas na vida que nos fazem tomar a iniciativa.	1	2	3	4	5
4. Pessoas com vidas normais não sentem a necessidade de se envolver fortemente em causas sociais.	1	2	3	4	5
5. Alguns problemas são mais importantes que a minha vida pessoal	1	2	3	4	5
6. Não podemos realmente mudar coisas na nossa comunidade, é essa a realidade.	1	2	3	4	5
7. Só haverá paz quando houver justiça.	1	2	3	4	5
8. A maioria das pessoas que se envolve em causas sociais tem normalmente algum tipo de problema pessoal.	1	2	3	4	5
9. Pôr dinheiro numa caixa de esmola não é suficiente, temos também que agir em função do que acreditamos.	1	2	3	4	5
10. Tomar conta da minha família toma-me todo o tempo que tenho.	1	2	3	4	5
11. Não chega apenas falar do que está mal. Temos de fazer alguma coisa.	1	2	3	4	5
12. Eu gostaria de fazer mais pela causa social mas outras coisas intrometem-se no caminho	1	2	3	4	5
13. Nada que eu possa fazer pode realmente mudar os problemas do mundo	1	2	3	4	5
14. Uma pessoa deve viver de forma simples de modo que outros possam viver simplesmente.	1	2	3	4	5
15. Quando uma pessoa se envolve com uma causa isso só aborrece as pessoas que lhe são próximas	1	2	3	4	5
16. Não podemos mudar realmente o mundo, é essa a realidade.	1	2	3	4	5
17. Eu sei que quando estou a ajudar alguém me estou a ajudar a mim próprio	1	2	3	4	5
18. Há pessoas no mundo que simplesmente não podem ser ajudadas	1	2	3	4	5
19. Acho que sou uma dessas pessoas que têm de fazer qualquer coisa quando sinto fortemente que a tenho de fazer	1	2	3	4	5
20. Defender o que se acredita apenas nos arranjará problemas	1	2	3	4	5

Obrigado

A entrega do presente questionário será assumida com um consentimento informado para a utilização dos dados no estudo, salvaguardando-se a total confidencialidade dos mesmos.

ANEXO E - Quadro de recolha de dados para monitorização

Quadro de Monitorização

Instruções de preenchimento: Os dados a apresentar neste quadro devem dizer respeito às ações iniciadas no ano civil a que o reporte diz respeito.

O preenchimento de cada coluna é independente das anteriores (ex. não se pretende saber quantos grupos de formação básica estão integrados em PRI, mas apenas, qual a totalidade dos grupos integrados em PRI).

Na coluna referente ao nº de jogadores em que se solicita a diferenciação entre intervenções de tipo universal ou seletivo/indicado entende-se por defeito que se deverão colocar na intervenção universal todas as aplicações feitas em contexto de ensino regular devendo ser colocadas no tipo de intervenção seletiva/indicada o número de jovens de turmas de ensino alternativo ou grupos institucionalizados.

Na coluna dos Grupos por história aplicada pede-se que sejam contabilizados os grupos que exploraram cada uma das narrativas durante o período monitorizado.

CRI		**Número de técnicos CRI**		**Período**	

Nº de Grupo de Intervenção / Formação	**Integrado em PRI**	**Instituições - alvo**	**Nº de Aplicadores**	**Nº de Turmas / Grupos**	**Nº total de jogadores**	**Grupos/jogadores por Histórias Aplicadas**
Básica Aprofundada		Escolas Não escolas	Docentes Não Docentes		**Universal** **Seletiva/Indicada**	1 2 3 4 5 6 7 8 9

Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências
Alameda das Linhas de Torres n.º 117 | Edifício D. Carlos I, 2º andar | 1750-147 Lisboa
T. +351 211 119 000 | www.sicad.pt