

Eu e os Outros

Isabel Lourinho e Maria José Vicente

IDT - Ministério da Saúde

Introdução

A **Equipa de Prevenção** do Centro de Respostas Integradas de Portalegre (IDT. IP) tem vindo a dinamizar e desenvolver actividades e projectos diversificados, no sentido, de dar resposta às necessidades preventivas identificadas no Distrito de Portalegre.

Em prol deste objectivo a Equipa de Prevenção tem estabelecido parcerias diversas, com o intuito de facilitar as relações inter-institucionais e a consequente implementação dos projectos no terreno.

Neste âmbito, surgem as parcerias iniciais com as diversas escolas do Distrito de Portalegre e numa fase posterior com o Centro de Formação de Professores de Portalegre – CEFOPNA.

No contacto com as escolas foi identificada a necessidade de realizar um trabalho mais efectivo e duradouro com os alunos, que fosse mais longe que uma sessão de esclarecimento ou de sensibilização. Este foi o primeiro passo para a implementação do Projecto “Eu e os Outros”.

O “Eu e os Outros” é um projecto de âmbito nacional, criado pelos Serviços Centrais do IDT e associado ao site juvenil www.tu-alinhas.pt. Os principais objectivos são: promover a educação para a saúde; reforçar o enfoque na abordagem preventiva; implementar o projecto com continuidade através dos professores, enquanto agentes educativos e socializadores privilegiados; estimular nos

alunos o debate crítico e a construção partilhada de conhecimentos e de atitudes.



O projecto “Eu e os Outros” consiste num treino de competências pessoais e sociais composto por várias **histórias interactivas**, onde os jovens são chamados a tomar decisões com implicações para o desenvolvimento da narrativa.

Prevenção

De acordo com Bernard Honoré (2004) a saúde deve ser encarada do ponto de vista do cuidado e não apenas como uma medida curativa. Deste ponto de vista, a Prevenção surge como estratégia cuidadora, uma vez que consiste num processo de implementação de iniciativas tendentes a modificar e melhorar a formação integral dos indivíduos, fomento o auto-controlo individual.

As escolas são um meio privilegiado para a abordagem preventiva, na medida, em que têm um papel de educar, informar e estimular a reflexão, capacitando os jovens para a tomada de decisões conscientes em prol do seu bem-estar geral. “A **educação para a saúde** só poderá ter resultados significativos se passar a ser integrada no

quotidiano escolar e deixar de ser uma actividade de certos professores e de algumas organizações exteriores à escola: para isso, as escolas precisam de se abrir ao exterior...” (Sampaio, DGIDC, 2007: 10) No seguimento desta ideia, e sabendo que este projecto constitui uma excelente ferramenta no âmbito da prevenção e da promoção e educação para a Saúde a Equipa de Prevenção do CRI de Portalegre começou a sua implementação em escolas do Distrito de Portalegre, no ano lectivo 2007/2008.

A Prevenção deverá ser entendida como processo de intervenção **técnico-científico**, que de forma activa implementa um conjunto de iniciativas tendentes a melhorar a formação integral e a qualidade de vida dos indivíduos intervencionados, através do fomento de competências pessoais e sociais relevantes para adopção de escolhas saudáveis.

Desta forma, este projecto trata de um **treino de competências pessoais e sociais** em formato de **jogo interactivo** que pressupõe a exploração de várias Histórias em suporte informático. O dinamizador – professor – propõem novos desafios e actividades à turma e incentiva a reflexão e a partilha de vivências pessoais. São, assim, treinadas competências ao nível da tomada de decisão, conhecimento de si próprio, relacionamento interpessoal, pensamento crítico e reflexão. Deborah Lupton (1997) considera que a educação para a saúde é dirigida no sentido de informar os indivíduos não só para a manutenção do seu corpo, mas também para modificar os estilos de vida para prevenir as doenças, facilitando as decisões voluntárias, fazendo e educando as pessoas acerca dos mais apropriados serviços de saúde. O “Eu e os Outros” permite assim, através da **abordagem pelo jogo**, promover o desenvolvimento de competências que permitam a tomada de decisões acertadas ao longo do processo de crescimento do jovem.

A abordagem pelo jogo tem, deste modo, uma componente lúdica muito importante para o desenvolvimento psicológico dos intervenientes e também como estratégia preventiva.

No “Eu e os Outros” a utilização de uma estratégia baseada no jogo implica a conquista de conteúdos e competências ao longo do desenvolvimento da história, permitindo por isso, um trabalho contínuo e focalizado com os alunos, já que associado ao jogo, está sempre uma reflexão sobre a atribuição de significado aos acontecimentos do jogo, acompanhado muitas vezes de transferências para experiências vividas. O processo de **reflexão**, tão importante neste tipo de abordagens, caracteriza-se deste modo, por ser um momento onde cada participante selecciona o que de mais importante correu durante a sessão e decide se quer e pode partilhar esta experiência e sentimentos com os restantes elementos do grupo, procurando sempre a forma correcta e assertiva para o fazer.

Trata-se de um momento de partilha que implica a passagem por várias esferas: vivência do jogo (como decorreu o jogo?); exposição de sentimentos, emoções e reacções (como se sentiram? Gostaram?); avaliação de performance (era o que estavam à espera, correspondeu às vossas expectativas?); exploração de conteúdos temáticos (dos temas trabalhados, o que é que consideraram mais importante?); possibilidade de mudança (se voltassem atrás mudariam alguma decisão? Porquê?).

Este projecto permite assim, desenvolver e evidenciar competências ao nível da comunicação e relacionamento interpessoal, tendo um importante papel na exploração de sentimento e emoções.

Devemos, deste modo, dar algum enfoque à **comunicação** enquanto recurso que permite trabalhar as linguagens mediáticas ao mesmo tempo que reforça o vínculo entre a comunidade educativa e a sociedade. (OROFINO, 2005). Os

recursos mediáticos podem enriquecer os espaços de construção da cidadania, na medida em que contribuem para uma maior participação democrática, sobretudo quando relacionados com os treinos de competências pessoais e sociais, tais como, resistência à pressão do grupo de pares, competências comunicativas, tomada de decisão, resiliência, gestão de conflitos e treino da assertividade.

O “Eu e os Outros” evidencia **a internet** enquanto instrumento auxiliar nos processos de ensino-aprendizagem, já que os próprios jovens são elementos activos na construção da História e da sua própria formação, quando esta é utilizada de forma correcta e consciente. Falamos neste contexto num novo paradigma comunicacional, que segundo Castells (2004) está assente na partilha de códigos comunicacionais que ultrapassam a perícia tecnológica e remetem para a sua apropriação e integração nas práticas quotidianas.

“Eu e os Outros” é um **instrumento preventivo** por excelência permitindo trabalhar competências diversas, e potenciado nos jovens capacidade de reflexão e tomada de decisão, para quando confrontados com situações de consumo terem a informação necessária e as competências essenciais para decidir de forma consciente.

O Projecto

Numa fase inicial o projecto “Eu e os Outros” teve poucos adeptos, limitando-se a sua aplicação a duas escolas do Distrito, no entanto, à medida que o projecto foi mostrando as suas potencialidades o número de escolas interessadas mais do que duplicou. Chegando então ao ano lectivo 2008/2009 em que percebemos que tínhamos que avançar, dando mais credibilidade ao projecto e dando alguma mais-valia aos professores interessados na sua dinamização.

Surgiu, deste modo, a ideia de acreditar o “Eu e os Outros” enquanto **oficina de formação**. Tratados todos os procedimentos burocráticos, fez-se a divulgação nas escolas e foram vários os interessados em participar nesta oficina de 30 horas (presenciais) e aplicação do jogo em contexto de sala de aula.

Deste o início do processo de acreditação até ao presente ano lectivo foram formados 71 professores de **10 escolas** pertencentes ao CEFOPNA, nomeadamente, Escola D. Sancho II e Escola da Boa Fé e Escola de Vila Boim, em Elvas; Escola José Régio, Escola Mouzinho da Silveira, Escola Cristóvão Falcão e Escola de São Lourenço em Portalegre; Escola E.B ½ e Escola Secundária c/ 3º CEB de Campo Maior; e Escola Básica 2/3 de Castelo de Vide.

O processo formativo é composto, numa fase inicial, por 30 horas presenciais, nas quais são trabalhados os seguintes temas: 1-Introdução aos princípios básicos do projecto (Filosofia e Enquadramento teórico e regras de aplicação); 2 – Substâncias e os seus efeitos; 3 – Mitos Associados ao Consumo de Substâncias; 4 – Subculturas Juvenis e o consumo de drogas; 5 – Experiências de aplicação com base nas 4 Histórias acreditadas; e 5 – Dinâmicas de Grupo.

Posteriormente, e sendo uma oficina de formação, é feita a aplicação das Histórias em contexto de sala de aula. A aplicação das Histórias é normalmente realizada nas aulas de Área Projecto e de Formação Cívica, já que permitem o desenvolvimento de temas pertinentes para estas áreas.

Nos últimos dois anos lectivos, esta Oficina de Formação permitiu que o projecto fosse aplicado a um total de **1242 alunos**, dos quais **924 alunos** foram alvo da aplicação das Histórias e 318 fizeram parte das turmas de controlo (permitindo uma análise mais pormenorizada das alterações verificadas nos alunos).

No decorrer das aplicações muitos foram os trabalhos desenvolvidos com os alunos e muitas foram as temáticas trabalhadas. Sendo este projecto, um projecto de promoção da saúde, tem permitido trabalhar temáticas como: alimentação saudável, distúrbios alimentares, consumo de substâncias, perigos da internet quando usado de forma inconsciente, amizade, família e seus hábitos, rituais das saídas à noite, subculturas juvenis (dread, gótico, beto...), bullying e formas de ajuda à vítima e ao buller, perspectivas de futuro, sentimentos e emoções, ... “No Projecto “Eu e os outros”, aprendemos muitas coisas, tal como: os perigos das drogas, do álcool e de alguns comprimidos para emagrecer. Também aprendemos que não se deve mentir aos nossos pais é sempre mais fácil arranjar maneira de resolver a situação sem mentir.” (Opinião de um aluno de 7º ano).

Estes temas foram trabalhados em **51 turmas** de forma mais ou menos aprofundada de acordo com as escolhas metodológicas dos Professores/Mestres de Jogo envolvidos e de acordo com as necessidades identificadas na turma de aplicação. Para aprofundar os temas os **Mestres de Jogo** optaram por estratégias diversas em função do seu grupo e da motivação que os alunos evidenciavam, destacando-se: pesquisa e realização de apresentações em Power Point; Role Playing; Dinâmicas de Grupo diversas; construção de músicas e pequenos teatros/sketch; organização de palestras e exposições com trabalhos desenvolvidos pelos alunos; debates; elaboração de roda dos alimentos e de pequenos-almoços saudáveis; organização de concursos entre turmas-alvo da aplicação; realização de entrevistas e questionários; apresentação de dados, entre muitas outras actividades.

A dinamização das Histórias tem provocado nos alunos sensações positivas e o jogo tem sido encarado pelos alunos, não só como uma forma interessante de obter conhecimentos, mas também como um meio para dialogar sobre assuntos que são do seu interesse. “O que nós achamos do

projecto “Eu e os outros”, foi que era giro e divertido, porque formávamos grupos e podíamos escolher o direito de soberania ou auscultação e dependia da nossa escolha o novo rumo da história.” (Opinião de dois alunos de uma turma de 7º ano); “Nós achamos um espectáculo este projecto, foi muito divertido e aprendemos coisas que não sabíamos. Nós gostaríamos para o ano, continuar com o projecto da saúde.” (Opinião de duas alunas de 7º ano); “Gostei das aulas de área projecto. (...) As decisões que cada um tinha que tomar sobre o caminho a seguir nas Histórias, poderemos pôr-nos na pele das personagens e viver aquilo que se passava com elas. Gostei da relação aluno – professor.” (Opinião de aluno de uma turma de 5º ano); “(...) as sessões foram muito divertidas e eu acho que todos aprendemos para se um dia mais tarde tivermos dúvidas nos lembrarmos destas aulas. O que eu mais gostei foi de nos passarmos por outras pessoas, ou seja, de nos pormos no lugar dos outros.” (Opinião de aluna do 5º ano).

Paralelamente a este trabalho realizado nas escolas da esfera de influência do CEFOPNA foi também desenvolvido o mesmo projecto através do Centro de Formação PROF’Sor (Escola Secundária c/ 3º CEB de Ponte de Sor; Escola Básica 2/3 João Pedro de Andrade; Agrupamento Vertical do Crato e Agrupamento Vertical de Nisa). Nestas escolas foram formados 71 aplicadores que aplicaram o projecto, na sua maioria em pares, trabalhando um total de 42 turmas. Deste modo, permitiu-se que o jogo fosse aplicado a **785 alunos**, contribuindo para o seu desenvolvimento pessoal e social e para a aquisição de conhecimentos essenciais para o seu desenvolvimento.

Conclusão

Em síntese importa salientar que este é um projecto de Promoção da Saúde em geral, já que a problemática do uso/abuso de substâncias psicoactivas surge de forma diluída no decorrer da História. Esta problemática encontra-se inserida num conjunto de temas pertinentes na fase da adolescência e juventude realizando-se uma

abordagem transversal aos temas que são importantes e essenciais no crescimento e desenvolvimento psicossocial do jovem.

Para autores como Cerqueira (1996), a promoção da saúde representa um campo de acção amplo que exige o envolvimento da população, para que esta adquira estilos de vida saudáveis e melhore o seu auto-cuidado. Por sua vez, promover a saúde de jovens exige o desafio da criação de

estratégias mais eficazes de participação e motivação, com alternativas apelativas.

Neste sentido, o Projecto “Eu e os Outros” assume-se como um excelente contributo no treino de competências pessoais, sociais e cívicas, permitindo e estimulando o desenvolvimento de novas abordagens e metodologias pedagógicas no sentido promovendo o desenvolvimento pessoal e social dos jovens.

Bibliografia

CASTELLS, Manuel: 2004. *A Galáxia Internet*, Lisboa, Fundação Calouste Gulbekian

CERQUEIRA, M. T.: 1996. *Promoción de la salud: evolución y nuevos rumbos. Boletín de La Oficina Sanitaria Panamericana*, 120 (4). DGIC – Direcção-Geral de Inovação e de Desenvolvimento Curricular : 2007. *Consumo de Substâncias Psicoactivas e Prevenção em Meio Escolar*, Lisboa, DGIC, DGS, IDT

LUPTON, Deborah: 1997.

OROFINO, Maria Isabel: 2005. *Mídias e Mediação escolar*, São Paulo, Cortez Editora e Instituto Paulo Freire.