

FAMÍLIA
É PRECISO PLANEJAR
MÓDULO X






Plano de Curso

Competência:

Os participantes desenvolverão a consciência sobre a importância do planejamento familiar para lidar com as incertezas e promover um futuro pessoal pautado em ações planejadas.

Conteúdos	Técnicas	Recursos	Duração
<ul style="list-style-type: none"> Revisão do dia anterior 	Exposição dialogada Objetivo do encontro		05 min.
<ul style="list-style-type: none"> Apresentação do encontro 	Técnica: Minha Bandeira	Desenho de uma bandeira	20 min
<ul style="list-style-type: none"> Aquecimento Reflexões sobre a importância do planejamento 	Simulação.	Folha de papel A4 Caneta e/ou lápis e borracha	30 min
<ul style="list-style-type: none"> Planejar é preciso. Planejamento Financeiro 	Separar subgrupos desde Planejar é preciso até Aumentando a renda familiar.	Folhas de flip. Cartilha.	50 min
Intervalo 15 min.			
<ul style="list-style-type: none"> Vitalizador 	Técnica - Expressões de Pressão	Tarjetas com frases	30 min
<ul style="list-style-type: none"> Planejamento Familiar 	Técnica do Correio Sentimental sobre Planejamento Familiar. Grupo de Discussão	Casos para discussão Cartilha-Família: é preciso planejar.	70 min
<ul style="list-style-type: none"> Principais idéias do encontro Encerramento e avaliação do curso 	Técnica Mitos e Realidade. Encerramento	Folha com frases	10 min

 Filmes e músicas indicados poderão ser substituídos por um outro título, desde que respaldem o alcance do objetivo proposto na atividade.

Carta Descritiva

1. Introdução

1.1. Revisão do Dia Anterior

- Perguntar ao grupo o que chamou mais a atenção no encontro anterior e qual foi o aprendizado. Falar de forma objetiva sobre a importância de conhecer as consequências dos nossos atos e de se prevenir do uso das drogas e das influências de pessoas oportunistas.

1.2. Apresentação do Encontro

- Iniciar comentando que continuarão a falar da importância da adoção de ações pensadas. A importância de Planejar, que quer dizer pensar a respeito. Convide então é para pensarem juntos, sobre o tema.

2. Aquecimento

Dinâmica: Técnica - A minha Bandeira

Objetivo: identificar qualidades, habilidades, limites e possibilidades.

Material: CD com uma música suave.

Tempo: aproximadamente 20 minutos.

Recurso: Desenho de uma bandeira por participante

Procedimentos:

- Distribuir para os participantes o desenho da bandeira, um lápis e uma borracha.
- Explicar ao grupo que cada participante irá construir sua bandeira a partir de seis perguntas feitas pelo facilitador.
- Explicar o significado da bandeira (A bandeira significa a identidade de um país, representa a sua história e a sua causa).
- As perguntas devem ser respondidas nos espaços correspondentes ao número da pergunta. Quem não quiser escrever pode fazer desenho.

- O facilitador faz a pergunta, indicando a área onde devem ser respondida, esperando que os participantes terminem cada questão para introduzir a seguinte:
 - Qual a sua maior qualidade?
 - Qual a pessoa que mais admira, por saber economizar?
 - Em que atividade familiar você se considera bom?
 - O que mais valoriza na vida?
 - Como lida com o seu dinheiro?
 - Qual a maior dificuldade para economizar?

Processamento

- Quando todos tiverem terminado pedir que compartilhem suas bandeiras, em plenário.
- Solicitar que exponham as dificuldades para fazer a tarefa.

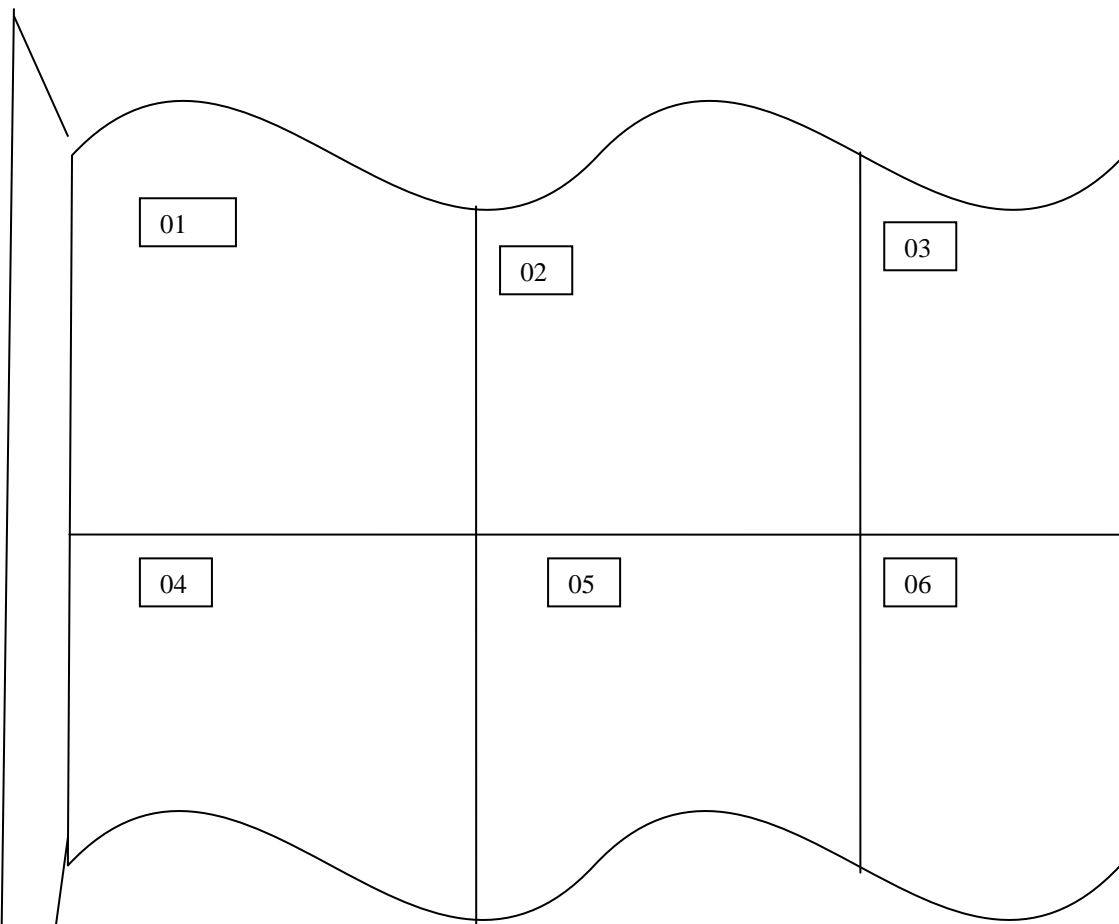
Generalização

O facilitador irá, nesse momento, sinalizar para o grupo a importância de refletir como cada um lida com o dinheiro e com os bens materiais. A importância de aprender a poupar e utilizar adequadamente os recursos e, principalmente, o dinheiro.

Ler com os participantes a introdução da cartilha falando que planejar é preciso.



Modelo de Bandeira



2. A Importância do Planejamento

3.1. Técnica - A Decisão é Sua

Objetivo:

- Adquirir conhecimentos sobre planejamento.
- Refletir sobre a importância de planejar as ações.

Duração: Aproximadamente 30 minutos.

Material: cartões com casos sobre tomada de decisão

Procedimento:

- Dividir o grupo em subgrupos, tendo-se o cuidado de não ultrapassar a cinco componentes.
- Entregar, a cada subgrupo, um cartão com uma situação que exige uma tomada de decisão.
- Solicitar ao subgrupo que discuta a situação e lhe dê um encaminhamento, levantando todas as alternativas possíveis e escolhendo, por consenso, a alternativa que melhor se aplique.
- Cada subgrupo apresenta sua situação, as possíveis soluções e a alternativa escolhida, justificando-a.

Processamento:

- Os subgrupos expõem em plenário as decisões.
- Definem o que facilitou ou o que dificultou as decisões.

Generalização

O facilitador identificará:

- As decisões que foram tomadas por impulso.
- As decisões que foram adiadas e/ou não decididas.
- O grupo que deixou para outra pessoa decidir.
- O grupo que analisou as alternativas e adotou a mais adequada.

Em todo processo humano, a tomada de decisão é um ponto importante e, ao mesmo tempo, conflitante. Implica, muitas vezes, em escolher e optar por direções sem certezas nem garantias. Mas é sempre necessário decidir e poder tomar rumos a partir da própria escolha e, dessa forma, sair do imobilismo que nos ameaça toda vez que necessitamos optar.

É importante que o facilitador explore essa questão com o grupo, verifique quais as dificuldades mais frequentes e que atitudes facilitam a tomada de decisões. São dificuldades geralmente encontradas: pouco conhecimento sobre si próprio, falta de perspectiva em relação ao futuro, pouca informação sobre a situação diante da qual se encontra.



Sugestões de Situações

SITUAÇÃO 01

Jaime está no segundo ano do ensino médio. Todos os dias chega em casa e vai dormir depois assiste televisão e sai para ficar com a galera, jogando bola.

Certo dia estava, na escola, quando ficou sabendo de uma oportunidade para participar de uma escola de jovens.

Jaime ficou sem saber o que fazer.
O que vocês fariam?

SITUAÇÃO 02

Jorge recebe seu pagamento em dinheiro. No caminho de casa, encontra com uns amigos que o chama para tomar cerveja.

Jorge, sem pensar, aceita o convite e vai para o bar beber. Os amigos pedem que ele pague a conta e Jorge sem pensar tira os eu dinheiro do bolso e paga

SITUAÇÃO 03

Suzana namora Artur há três anos. Os dois têm um relacionamento bem afetivo e Suzana gosta dele. Há dois anos estão pensando em casar e ter uma família. Suzana logo para de tomar comprimidos e pensa em morar na casa da sua mãe.

Suzana pedi dinheiro emprestado e sai para comprar o enxoval e até o vestido de noiva.

SITUAÇÃO 04

Carla trabalha em uma loja e ficou sabendo de uma grande liquidação. Ela pensa vou comprar uma TV nova, mas logo pensa no marido. Ele está desempregado e ela necessita economizar. Ela pensou depois eu compro. A sua amiga disse faz uma prestação e Carla disse não posso. Estou economizando na água, na luz, pois agora não posso gastar desnecessariamente.

O que pensam sobre a opção de fazer um crediário? E das ações de Carla?

3. Planejar é Preciso

Objetivos:

- Adquirir conhecimentos sobre como fazer um planejamento.
- Refletir sobre a importância de planejar as ações.

Duração: aproximadamente 50 minutos.

Material: folhas de flip para apresentação do conteúdo.

Procedimento:

Os mesmos subgrupos irão ler sobre Planejamento Financeiro na Cartilha. Cada grupo irá apresentar o que lhe chamou mais atenção e o facilitador irá associar com o conteúdo da apostila enriquecendo o processo.

Intervalo (15 min.)

4. Vitalizador

Dinâmica: Técnica – Expressões de Pressão

Objetivo:

- Praticar forma de dizer 'Não' às pressões relacionadas à vida sexual; refletir e vivenciar o papel que as pressões exercem sobre as pessoas.

Duração: aproximadamente 40 minutos

Material: cartões com indicações de frases que expressam pressão.



Procedimentos:

- O facilitador deve iniciar a técnica com a seguinte frase: **o nosso corpo como o nosso maior bem deve ser cuidado e respeitado.**
- O facilitador pede cinco duplas de voluntários para representar cenas curtas que expressem uma frase de “pressão”, ou seja, uma frase com o intuito de induzir as pessoas a realizar algo contra a sua vontade.
- Explicar, às duplas, que irão representar cenas que são flashes de situações em que alguém exerce pressão com o intuito de ter relações sexuais e o parceiro tenta resistir com argumentos.
- O facilitador dá para um participante da dupla o cartão com a frase de pressão que ele deve utilizar durante a representação.
- Após cada representação, o facilitador deverá fazer comentários sobre a simulação.
- Solicitar ao grupo que assiste que comente os seguintes pontos após cada cena:
 1. A resposta dada à pressão foi realmente eficaz?
 2. É mais comum as moças ou os rapazes utilizarem frases de “pressão”? Por quê?
 3. Os rapazes também devem resistir às pressões?
 4. Como cada um se sente, na realidade, ao ser assediado?

Observação

Em técnicas de desempenho de papéis os nomes devem ser fictícios e o facilitador deve ressaltar para o grupo que é uma encenação, assim como no teatro e na TV. As pessoas que simulam não agem assim elas estão vivenciando papéis.

Processamento:

1. Como se sentiu representando?
2. O que foi mais fácil e por quê?
3. Que dificuldade encontrou?

Generalização:

O foco não é na repressão, mas na conscientização fundamentada em valores como a vida, a saúde, a honestidade e a dignidade. Preservar o corpo como o nosso maior bem.

Os jovens necessitam entender as pressões da sociedade e os apelos à sexualidade e da influência que o grupo exerce sobre as suas decisões. Quando reage à pressão do grupo, o jovem está sujeito a represálias, como ser rejeitado, excluído e malvisto, mas que deve fazer opção pela qualidade de vida. Saber dizer “Não” é um exercício de cidadania.

Pensar nas conseqüências é uma forma de lidar com as pressões.

O facilitador deverá trabalhar com os adolescentes ressaltando que a sexualidade é própria de cada um, cabendo somente a ele decidir conscientemente, quando e como exercê-la.

Associar o assunto às questões de natalidade.

Sugestão de frases que expressam pressão

- | |
|--|
| 1. Todo mundo faz. Porque não podemos fazer? |
| 2. Se você realmente ama, então prove, fazendo amor comigo. |
| 3. Se você fosse homem, não daria mole para essa menina. Você quer que todo mundo pense que você é boiola? |
| 4. Todos os rapazes querem transar comigo, mas eu só quero com você. Por que você não quer? Você é bicha? |
| 5. Você já transou com vários rapazes. Por que não quer transar comigo? |



5. Planejamento Familiar

5.1. Técnica Correio Sentimental sobre o Planejamento Familiar

Objetivos:

- Compreender a importância da adoção de métodos contraceptivos em qualquer faixa etária.
- Discutir as ansiedades, resistências e conflitos em relação ao uso de métodos contraceptivos.

Material: papel ofício, lápis, borracha e cartões com casos para discussão.

Duração: aproximadamente 80 minutos

Procedimentos:

- Formar grupos de, no máximo, cinco alunos.
- Explicar que cada um compõe uma equipe responsável por um programa de rádio que mantém uma seção intitulada “Correio Sentimental”, na qual os ouvintes relatam casos sentimentais e a equipe apresenta uma resposta.
- Distribuir um caso para cada equipe, pedindo que discutam a resposta que darão aos ouvintes, quando o programa for ao ar. Eles devem utilizar a cartilha como referencial.
- Solicitar que, ao apresentar sua resposta, cada equipe o faça como se estivesse no ar, inclusive com a leitura do caso para os demais “ouvintes”. O grupo tem a tarefa de transformar o caso em realidade. (Tempo 40 minutos)
- Cada grupo apresenta o seu programa

Processamento

O facilitador irá discutir as soluções ressaltando a importância de planejar as suas ações e do cuidado consigo e com o outro.

Deverá levantar as dificuldades para abordar o tema.

Generalização:

Essa atividade não só permite explorar os tabus relativos ao tema, como, também, avaliar o nível de informação que o grupo possui. Assim torna-se importante identificar os tabus e os mitos e trabalhá-los tendo como referencial a cartilha.

Sugestões de Casos para discussão

Caso 1

Ana e Ricardo têm 18 anos, são namorados e, de vez em quando, têm relações sexuais. Os dois vivem com os pais. Atualmente, não usam métodos anticoncepcionais, mas muitas vezes conversam sobre a necessidade de usá-los. Entretanto, não se decidiram ainda. Gostariam de ouvir a opinião da equipe do Correio Sentimental sobre a situação em que se encontram e sugestões. O que devemos fazer?

Caso 2

Daniel está com 17 anos e já teve relações sexuais com algumas meninas. Seus amigos lhe perguntam se ele se previne, ele então responde que não é preciso, porque só transa com meninas conhecidas e decentes. Alguns dizem que isso não tem importância, outros dizem que é um problema. Espera que o Correio Sentimental possa ajudá-lo a formar a sua opinião.

Caso 3

Luis e Mônica têm 19 anos e estão noivos. Já mantêm relações sexuais, mas não usam nenhum método contraceptivo. Luis quer que Mônica fique grávida o mais rápido possível, para provar à sua família e aos amigos que é potente. Mônica não pode usar pílulas e quer esperar alguns anos para engravidar. Mônica estuda e quer se formar para ter uma vida melhor. Mônica pede ajuda ao Correio Sentimental. O que fazer?

Caso 4

Ângela está com 17 anos e tem um namorado há alguns meses, de quem realmente gosta. Ela acha que brevemente os dois vão querer ter relações sexuais e vão perder o “controle” no momento da paixão. Ângela decidiu comprar camisinhas para levar na bolsa, mas duvida que seu namorado as use, ou melhor, saiba usá-las. Ele vai dizer que camisinha é para ser usada com prostitutas e perguntará por que Ângela as comprou. Ela não sabe como convencer seu namorado a usá-las. Gostaria que o Correio Sentimental a ajudasse. Como convencer o namorado. Como ensiná-lo a utilizar os métodos contraceptivos?

Encerramento do Encontro (10 minutos)

- Solicitar aos participantes o registro das principais idéias do encontro, em seu material.
- Perguntar ao grupo: O que chamou mais atenção nos nossos encontros?
- Aplicar a avaliação de reação.
- Efetuar o encerramento do curso.
- Agradecer a todos e desejar sucesso e muita felicidade.

