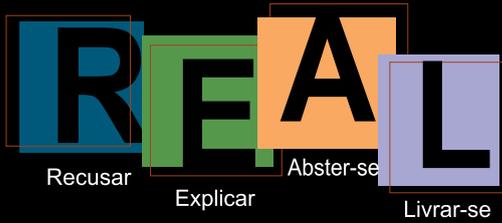


Caindo na...



DEVER DE CASA



Nome: _____

Escola: _____

Lição 1

ESCOLHAS

Orientações: Pense em um filme onde a personagem principal enfrentou uma situação onde deveria tomar uma decisão importante. Por exemplo: no filme Piratas do Caribe, a persona Will Turner se deparou com uma situação da perda de Elizabeth. Escolha um filme, coloque o nome dele abaixo, e responda as seguintes questões:



Título do filme: _____

1. Liste opções que a personagem principal tinha à sua disposição no momento em que deveria tomar uma decisão. _____

2. Descreva a escolha feita. _____

3. Explique as consequências dessa escolha. _____

4. Qual o impacto da decisão da personagem nos demais? _____

5. Quais as outras consequências que poderiam ocorrer? _____

OS RISCOS NA VIDA DIÁRIA

Orientações: pense em três atividades que você fez na semana passada durante a manhã, à tarde e à noite. Preencha os espaços abaixo com as atividades e os riscos possíveis.

	Atividades	Risco
Manhã	Exemplo: Eu tomei um banho esta manhã.	Exemplo: Eu poderia ter escorregado durante o banho.
Tarde		
Noite		

CANÇÃO SOBRE UM CONFLITO



Orientações: escolha uma música na qual alguém esteja em conflito com outra pessoa. O conflito pode envolver uma briga, um desentendimento ou apenas diferenças de opinião. Enquanto estiver ouvindo a música, preste atenção se as pessoas envolvidas no conflito concordam ou discordam. Responda as seguintes perguntas sobre a música escolhida:

1. Nome da música e do cantor _____

2. O que acontece? Qual é o conflito? _____

3. O personagem reage com agressividade, passivamente, ou assertivamente? Porque?

4. Se a resposta da personagem for agressiva ou passiva, como você poderia mudar esta atitude para assertiva?

5. Como as personagens podem concordar ou discordar? Dê exemplo:

Lição 4

ANALISANDO COMO SE DIZ "NÃO"

Orientações: pense sobre as vezes que você ouviu alguém recusar.
Preencha o quadro abaixo:

Situação	Como eles disseram "NÃO"?	A resposta deles foi assertiva, passiva ou agressiva?

Lição 5

Explique

EXPLIQUE

Explique

Orientações: pense em uma situação em que alguém que você conhece entrou em apuros e pela explicação, você achou que a pessoa não merecia passar. Não cite nomes, apenas compartilhe uma situação em que você sintasse confortável em contar. A partir daí, responda as seguintes perguntas:

1. O que aconteceu e porque essa pessoa teve problemas?

2. Que explicação a pessoa deu por suas ações?

3. Você acha que a explicação da pessoa parecia ser verdadeira? Porque?
(Embase a sua resposta)

4. Você faria alguma coisa diferente para explicar a situação?
Caso haja alguma coisa que faria diferente, descreva.

PRATICANDO COMO ABSTER-SE

Orientações: pense nas vezes em que propositalmente você absteve-se de uma situação. Nos quadros abaixo, escreva qual foi a situação em que você se absteve e como se absteve.

Exemplos:

Situação: um amigo seu quer que você saia na rua.

Porque abster-se: você quer assistir um musical na TV.

Como abster-se: você se abstém da situação ao não atender o telefone.

Situação

Por que Abster-se

Como Abster-se

Situação	Por que Abster-se	Como Abster-se

Lição 7

REAL

NA VIDA REAL

Orientações: Assinale as estratégias de resistência que você usaria com cada um dos indivíduos listados abaixo, caso eles oferecessem drogas a você. Algumas estratégias de resistência podem se encaixar melhor para uns do que para outros. Quando terminar, responda às questões para reflexão na página seguinte.

Estratégias para Resistir		Irmão/Irmã	Adultos	Amigos/Colegas de classe
R	Recusar	Recuse dizendo “não” ou “não obrigado”.		
		Recuse de forma não verbal - por exemplo: aperto de mãos ou balance a cabeça de forma negativa.		
E	Explicar	Explique que você tem algo a fazer.		
		Explique que você não usa drogas.		
		Explique que você não usa drogas porque pratica esportes, por causa dos seus pais, etc.		
		Invente uma desculpa como forma de explicação.		
A	Abster-ser	Abstenha-se das situações, não saindo com as pessoas que você sabe que usam drogas.		
		Apenas saia com essas pessoas em situações seguras - quando tiver certeza de que não haverá uso drogas.		
		Invente uma desculpa para não sair com essas pessoas, como forma de evitá-las.		
L	Livrar-se	Livre-se da situação - apenas vá embora.		

Questões para Reflexão



1. Algumas dessas ofertas seriam mais difíceis para você resistir? Porque?

2. Qual seria a melhor forma de lidar com a situação e com a pessoa que fez a oferta da droga e ainda resistir ao seu uso?

3. Alguma dessas ofertas seriam mais fáceis de você resistir? Por que?

4. De modo geral, qual estratégia de resistência faria você se sentir mais confortável ao usá-la? Por que?

Acróstico do Nome

Orientações: Escreva o seu primeiro nome a esquerda deste papel. Próximo a cada letra do seu nome, escreva uma qualidade ou algo que você goste ou um valor sobre você mesmo. Exemplo:

H onesta
O timista
P reciosa
E elegante

Letra

Qualidade (o que eu gosto em mim)



Lição 9

"EU DISCORDO"

1. Escreva o nome do programa/filme que você assistiu e relate algo como qual você não concorda.

2. Como se sente ou sentiu a respeito da situação?

3. O que ocorreu para que você não concordasse e o que você faria diferente?

4. Por que você acha que a sua percepção é válida?



Proerd[®]