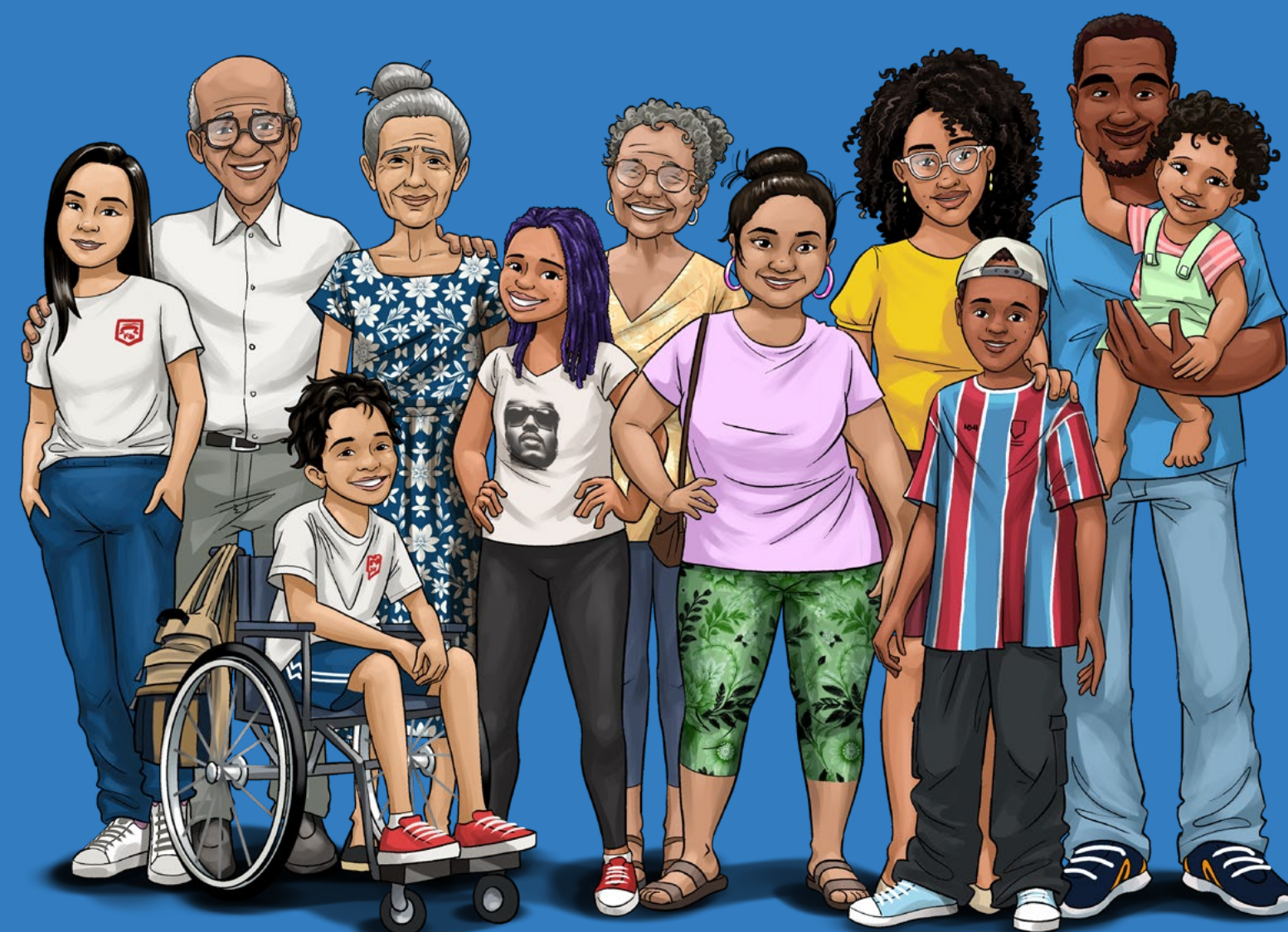


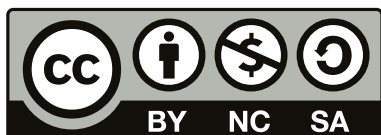
FAMÍLIAS FORTES

3ª edição



Guia Familias

Famílias



Guia dos Encontros de Famílias - Famílias Fortes 3ª edição do Ministério da Justiça e Segurança Pública e Fundação Oswaldo Cruz é disponibilizada nos Termos de Licença Creative Commons - Atribuição - Não Comercial - Compartilhamento pela mesma licença 4.0 Internacional. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra desde que citada a fonte.

Famílias Fortes - 3ª edição - Versão brasileira adaptada do Programa Strengthening Families Program UK (10-14)

Strengthening Families Program é desenvolvido pelo Departamento de Serviço Social da Oxford Brookes University, Reino Unido. A versão brasileira adaptada do "Strengthening Families Program for Parents and Youth 10-14 - DVD Based Curriculum - Leader Guide 2006" - SFP 10-14 UK.

Revisão: Maria Fernanda Piconez e Trigueiros
Projeto gráfico Diagramação: Ohpá! Design e Comunicação
Direção: Nara Denilse de Araújo

362.2917

G943 [Guia dos encontros de famílias : famílias fortes] / direção Nara Denise de Araújo ; revisão Maria Fernanda Piconez e Trigueiros. - 3. ed. - Brasília : Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas e Gestão de Ativos (Senad), 2025.

99 p. : il. color.

Elaboração de texto: Departamento de Serviço Social da Oxford Brookes University Trabalho em parceria da Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas e Ativos (Senad) com a Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) e o Escritório das Nações Unidas sobre Drogas e Crime (UNODC).

ISBN digital 978-85-5506-198-1

ISBN impresso 978-85-5506-199-8

1. Drogas, política de prevenção, Brasil. 2. Adolescente, proteção, Brasil. 3. Família, atuação, Brasil. I. Araújo, Nara Denise. II. Trigueiros, Maria Fernanda Piconez e. III. Departamento de Serviço Social da Oxford Brookes University IV. Brasil. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas e Gestão de Ativos (Senad). V. Título.

CDD

Ministro da Justiça e Segurança Pública: Enrique Ricardo Lewandowski

SECRETARIA NACIONAL DE POLÍTICAS SOBRE DROGAS E GESTÃO DE ATIVOS (Senad)

Secretária: Marta Rodriguez de Assis Machado
Diretora de Prevenção e Reinserção Social: Nara Denilse de Araújo
Coordenador-geral de Reinserção Social: Raphael Calazans de Souza
Coordenadora de Articulação e Parcerias: Sara Maria Baptista Reis
Coordenador de Proteção Social: Andre Wagner Carvalho de Oliveira
Coordenadora-geral de Prevenção: Flora Moura Lorenzo
Coordenador de Projetos de Prevenção: Antônio Rafael da Silva Filho

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (Fiocruz)

Presidente: Mario Santos Moreira
Diretora Fiocruz Brasília: Fabiana Damásio Passos
Coordenador Nacional: André Vinicius Pires Guerrero
Referência institucional para o Projeto GENTE: Helena Fonseca Rodrigues
Assessora de Governança e Gestão: Ana Cecília Miranda de Araújo
Referência Técnica Nacional de Prevenção: Luiz Felipe Zago
Referência Técnica Nacional de Articulação Intersetorial: Igo Gabriel dos Santos Ribeiro
Referência Técnica Nacional de Formação: Marcelo Pedra Martins Machado

EQUIPE TED SENAD / FIOCRUZ

Assessora de Monitoramento I: Letícia Augusto Melo Assunção
Assessor de monitoramento II: Raphael Tadeu Sabaini
Assessora Administrativa: Kelli Angela de Freitas
Assessora Financeira: Julia de Araujo Carrari
Consultora de Publicação e Design: Emanuelle Arcângela Patrocínio Alves
Articuladora de Prevenção: Débora Estela Massarente Pereira
Articuladora Intersetorial: Paula Santos de Jesus

GUIA DOS ENCONTROS DE FAMILIAS - Famílias Fortes 3ª edição

Elaboração de texto:
Departamento de Serviço Social da Oxford brookes University, Reino Unido

Revisão técnica:

Bruna dos Santos Mattos de Araújo
Daniela Piconez e Trigueiros
Debora Estela Massarente Pereira
Luana Carla Bandeira Sobrinho
Mariana Russo Voydeville Damasceno
Marina de Souza Pedralho
Meline Varela Lima Saraiva

Supervisão: Mayara Soares dos Santos
Colaboração: Viviane Paula Santos Rocha
Revisão: Maria Fernanda Piconez e Trigueiros
Projeto gráfico e Diagramação: Ohpá! Design e Comunicação
Direção: Nara Denilse de Araújo

REALIZAÇÃO

SECRETARIA NACIONAL DE
POLÍTICAS SOBRE DROGAS
E GESTÃO DE ATIVOS

MINISTÉRIO DA
JUSTIÇA E
SEGURANÇA PÚBLICA



APOIO



SUMÁRIO

Dicas para a Equipe de Facilitação	05
------------------------------------	----

Certificado	06
-------------	----

ENCONTROS REGULARES

Encontro 1 - Famílias - Apoiar os desejos e sonhos	08
--	----

Encontro 2 - Famílias - Admirar as pessoas da família	16
---	----

Encontro 3 - Famílias - Momentos de família	22
---	----

Encontro 4 - Famílias - Compreender os valores familiares	36
---	----

Encontro 5 - Famílias - Fortalecer a comunicação familiar	42
---	----

Encontro 6 - Famílias - Famílias e pressão das amizades	52
---	----

Encontro 7 - Famílias - Juntando tudo	64
---------------------------------------	----

ENCONTROS DE ACOMPANHAMENTO

Acompanhamento 1 - Famílias - Lidando com o estresse juntas	72
---	----

Acompanhamento 2 - Famílias - Ouvir entre si	80
--	----

Acompanhamento 3 - Famílias - Compreender os papéis familiares	88
--	----

Acompanhamento 4 - Famílias - A força da família	94
--	----

DICAS PARA A EQUIPE DE FACILITAÇÃO:

- Tenha uma garrafa de água de fácil acesso;
- Coloque seu crachá e deixe seu nome à vista;
- Separe os crachás por ordem alfabética antes do início dos encontros e deixe em cima da mesa para facilitar que todas as pessoas participantes os encontrem. Lembre-se de auxiliar as pessoas iletradas a encontrar seu crachá e a preencher a lista de presença;
- Deixe a lista de presença e uma caneta ao lado dos crachás;
- Organize os materiais que irá utilizar e deixe-os em local de fácil acesso;
- Se for usar vídeos ou áudios, teste antes dos encontros, verificando qualidade e funcionalidade;
- Antes de iniciar cada encontro oriente que o celular deve estar sem som e que durante todas as atividades seu uso deve ser evitado;
- Leia todas as atividades propostas e apoie as pessoas sempre que perceber dificuldades de escrita ou de entendimento da atividade;
- Use relógio para controlar o tempo de cada atividade. Evite atrasos;
- Lembre-se de tirar fotos de todos os encontros. Para isso será necessário passar no primeiro encontro o Termo de Autorização do Uso de Imagem (anexo), que deve ser guardado cuidadosamente na instituição.
- A postura receptiva da Equipe de Facilitação auxilia na criação do vínculo, o que é importante para a condução dos encontros e adesão das famílias.

Bom trabalho!

CERTIFICADO



METODOLOGIA FAMÍLIAS FORTES

Certificamos que a família _____ participou ativamente dos 11 encontros da Metodologia Famílias Fortes, fortalecendo seus vínculos e desenvolvendo habilidades parentais e de vida, essenciais para promover um ambiente saudável e positivo. Parabenizamos pelo compromisso com o bem-estar e o futuro de suas filhas e filhos e no empenho em melhorar suas habilidades parentais.

_____, de _____ de 20 ____.

**FAMÍLIAS
FORTES**
3ª edição



ENCONTRO 1

Famílias

APOIAR OS DESEJOS E SONHOS

Encontro 1 de Mães, Pais e Responsáveis:
AMOR E LIMITES

Encontro 1 de Crianças e Adolescentes:
TER SONHOS E DESEJOS

Metodologia Famílias Fortes

Índice

Jogos de grupo

Famílias conversam sobre o Mapa dos Sonhos

Como alcançar sonhos e desejos

O quanto nos conhecemos

Fechando o círculo

Materiais necessários:

- Quatro garrafas de plástico vazias;
- Caderno de Atividades de Crianças e Adolescentes;
- Caderno de Atividades de Mães, Pais e Responsáveis;
- Fita adesiva para fixar cartazes;
- Duas cartolinas;
- Folhas de papel em branco (uma para cada participante);
- Pincéis atômicos;
- **Cartaz Nosso Lema de Crianças e Adolescentes;**
- **Cartaz Nosso Lema de Mães, dos Pais e Responsáveis;**
- **Cartaz Nosso Lema da Família.**

Encontro 1 - Famílias Apoiar os desejos e sonhos



Objetivos

Apoiar as famílias a:

- Relacionarem-se de forma positiva;
- Apoiarem as metas e sonhos das filhas e filhos.

Nota à Equipe de Facilitação:

Nas atividades com cartolina podemos utilizar papel pardo, quadro branco ou qualquer material similar. A equipe deverá ler em voz alta todas as atividades, visando à inclusão de iletrados e pessoas com limitações.

Poderá ainda optar por fazer atividade de modo oral, sem utilizar nenhum destes materiais, ou tomando notas em um papel, caso seja necessário lembrar depois.

Neste momento, as equipes que trabalharam com responsáveis, crianças e adolescentes atuam juntas. É importante que quem não estiver na condução das atividades dê suporte e fique atento para auxiliar as famílias durante todo o encontro.

JOGOS DE GRUPO

..... 10 minutos 🕒

Escolha um dos jogos de grupo (jogo do nó ou gira-garrafa) para realizar com as/os participantes.

Atenção aos tempos destinados às atividades.

Caso o encontro comece com muito atraso, a equipe pode ir direto para a atividade 1.1.

Jogo do nó

Cada grupo forma um círculo de mãos dadas. As pessoas que compõem o grupo observam as demais a seu lado e as fixam, soltam as mãos e andam pela sala. A Equipe de Facilitação pedirá para pararem, se juntarem ao centro e darem as mãos as mesmas pessoas do início da tarefa. Em seguida, sem soltar as mãos, cada grupo tenta desatar o nó, podendo para isso se abaixar ou passar as mãos por cima das/os participantes, mas nunca soltá-las.

Opcional: se o grupo tiver mais de 15 participantes pode-se dividi-lo em dois.

Gira-garrafa

As pessoas devem sentar no chão e se revezam girando uma garrafa vazia (deitada) no meio do círculo. A pessoa para quem a garrafa apontar deve dizer uma coisa que gosta de fazer para se divertir. Essa mesma pessoa gira a garrafa para apontar para outra/o jogadora/r que diz o que gosta de fazer para se divertir.

Fim da atividade.

Nota à Equipe de Facilitação:

A equipe fará contato fora dos encontros com todas as famílias, quando necessário. Por exemplo, se a família faltar, ligar para saber o motivo e incentivá-la a participar dos encontros.

Também poderá perguntar se os responsáveis estão fazendo as atividades de casa e, se houver dúvidas, solucioná-las.

Esta conversa também poderá ser realizada nos intervalos dos encontros e, se houver tempo, no início ou término.

Dedique atenção aos tempos destinados às atividades.

Famílias conversam sobre o Mapa dos Sonhos

Atividade 1.1 | 15 minutos 🕒

1. Cada família trabalha em conjunto nesta atividade.
2. Filhas e filhos mostram o próprio mapa às mães, pais ou responsáveis para conversarem sobre ele.
3. Estimule as/os responsáveis a fazerem as perguntas a seguir. Diga para ouvirem atentamente as respostas:
 - a. Que tipo de trabalho você gostaria de ter?
 - b. O que você pode começar a fazer para chegar nestes objetivos?
 - c. Como você imagina sua família quando você crescer?
 - d. Como vocês irão se divertir? E o que você gostaria de fazer no seu tempo livre?

A Equipe de Facilitação circula pelo espaço para oferecer apoio, auxiliando no diálogo entre a família.

4. Diga às crianças e adolescentes que você irá ler algumas perguntas para fazerem às pessoas responsáveis.
 - a. Quando você tinha a minha idade, você pensava em exercer qual profissão?
 - b. Qual tipo de apoio ajudaria a realizar seus desejos e sonhos?
 - c. Como você se divertia?
 - d. O que você gostava de fazer junto com a família?
5. Pergunte às pessoas responsáveis o que aprenderam sobre os desejos e sonhos das filhas e filhos.
6. Pergunte às crianças e adolescentes o que aprenderam sobre suas/seus responsáveis quando tinham sua idade.

Fim da atividade.

Nota à Equipe de Facilitação:

Atente-se ao tempo para que as famílias consigam ver o Mapa e conversar a partir das perguntas.

Como alcançar sonhos e desejos

Atividade 1.2 | 10 minutos ⌚

1. Cada família trabalha em conjunto nesta atividade:

- Debate famílias – 05 minutos;
- Debate em grupo – 05 minutos;
- Cartolina.

2. Peça a cada criança ou adolescente que escolha um desejo ou um sonho de seu Mapa dos Sonhos. A família debate o que pode ser feito para conquistá-lo.

3. Compartilhe as ideias com o grupo. Se quiser, pode anotar algumas na cartolina.

Fim da atividade.

Nota à Equipe de Facilitação:

Sugere-se que a equipe circule para oferecer ajuda. Como é o primeiro encontro, participantes podem estar mais tímidas/os, retraídas/os e as/os responsáveis podem não saber o que falar para apoiar no alcance de desejos e sonhos.

Lembre-se que ao falar sobre alcançar os desejos é preciso dizer detalhadamente. Exemplo: *quero ser jogador de futebol*. Para fazer isso precisa praticar futebol, jogar com amigos quando voltar da escola, fazer a lição e jogar aos finais de semana. É importante frequentar a escola e estudar para saber ler, escrever, fazer contas e ter conhecimento. Isso ajudará a conhecer pessoas, a se desenvolver. Na própria escola pode ver se há campeonatos e se inscrever.

Conversar com professoras/es, educadoras/es e lideranças comunitárias sobre a existência de locais onde praticar.

O quanto nos conhecemos

Atividade 1.3 | 20 minutos ⌚

1. Diga que as famílias participarão de uma gincana que mostrará o quanto se conhecem. Forme uma equipe com responsáveis e uma equipe com crianças e adolescentes. Diga-lhes que irão responder a perguntas sobre suas famílias.
2. Escolha uma pessoa responsável para cada criança ou adolescente que participar da atividade, de modo que a quantidade de pessoas por grupo seja igual (elas/es irão responder a perguntas das demais, então, tome cuidado para que não tenha crianças, adolescentes ou responsáveis a mais ou a menos nos grupos).
3. Uma pessoa da equipe leva as/os responsáveis para um lado da sala enquanto outra fica com as crianças e adolescentes.

Equipe das crianças e adolescentes:

Cada criança e adolescente receberá uma folha em branco e uma caneta e responderá a duas das perguntas sobre a pessoa responsável.

Obs.: escolha as duas perguntas que serão respondidas.

Dobre a folha ao meio e peça para escreverem uma resposta em cada lado da folha, de modo que possam ver uma resposta de cada vez.

Estipule apenas 15 segundos por resposta.

A Equipe de Facilitação escolhe duas perguntas:

- A qualidade que minha/meu responsável tem que mais me dá orgulho é...
- A comida preferida da/o minha/meu responsável é...
- Sua cor preferida é...
- Uma tarefa de casa de que menos gosta é...
- Se minha/meu responsável tivesse R\$ 100,00 para gastar em qualquer coisa, gastaria com...

Nota à Equipe de Facilitação:

Todas as atividades que exigem leitura ou escrita devem ser feitas pela pessoa que estiver na facilitação ou por alguma/algum voluntária/o.

4. Responsáveis receberão uma folha em branco e uma caneta e responderão a duas perguntas sobre suas crianças ou adolescentes.

Obs.: a Equipe de Facilitação escolhe duas perguntas das opções abaixo.
A equipe deve orientar que responsáveis anotem ou decorem suas respostas.

Dê apenas 15 segundos por resposta sobre as crianças e adolescentes:

- A qualidade que mais tenho orgulho é...
- Qual sua cor preferida...
- Sua atividade preferida é...
- A comida preferida ...
- Se tivesse R\$ 100,00 para gastar em qualquer coisa, gastaria com...
- .Sua matéria preferida na escola é...

5. Peça às crianças e adolescentes que fiquem lado a lado e responsáveis à sua frente, a uma distância de um metro e meio.

6. Diga que as crianças e adolescentes escreveram sobre os gostos e preferências de suas/seus responsáveis. Faça a primeira pergunta para cada responsável e depois peça que a criança/adolescente mostre sua resposta no papel, conforme o exemplo abaixo:

Ex.:

Facilitação: “Dona Maria, Aline respondeu à pergunta sobre qual a sua cor preferida. Qual é a sua cor favorita?”

Maria: “Minha cor preferida é azul”

Facilitação: “Aline, qual resposta você deu?”

Aline: “Azul” (mostre a resposta no papel)

Facilitação: “Parabéns, Aline, você acertou a cor preferida da sua mãe!”

7. Depois de cada responsável responder às perguntas, invertem-se os grupos e crianças e adolescentes respondem.

Nota à Equipe de Facilitação:

É importante observar se qualquer pessoa tem dificuldade de ler, pois mesmo entre adolescentes em idade escolar elas/es podem ter habilidades limitadas de leitura e interpretação. Com isso, todos os textos devem ser lidos pela equipe ou voluntárias/os, sem que haja constrangimento às pessoas iletradas.

Fim da atividade.

FECHANDO O CÍRCULO

..... 5 minutos ⌚

1. Forme um círculo de modo que crianças e adolescentes fiquem ao lado de seus responsáveis.
2. Leia as Fases de Conclusão e o Nosso Lema e peça que responsáveis completem a frase:
Um dos sonhos da minha filha/filho é?
3. Após a/o responsável dizer a frase completa, a equipe lê e pede para a filha/filho completar e dizer a frase completa.
Um dos meus sonhos é?
4. Assim seguirá com todas as pessoas participantes.

Obs.: se alguma/m responsável estiver com duas filhas/filhos, deve dizer uma frase para cada um.

Nota: mostre os cartazes do Nosso Lema, um de cada vez.

5. Peça para as filhas/os dizerem o Nosso Lema de Crianças e Adolescentes.
6. Peça para responsáveis dizerem o Nosso Lema de Responsáveis.
7. Peça para o grupo dizer o Nosso Lema de Famílias. Agradeça a presença de todos e diga o dia e hora do próximo encontro.

Frases de Conclusão

Responsáveis:
um dos sonhos da minha filha/filho é...

Crianças e adolescentes:
um dos meus sonhos é...



ENCONTRO 2

Famílias

ADMIRAR AS PESSOAS DA FAMÍLIA

Encontro 2 de Mães, Pais e Responsáveis:
AS REGRAS DA NOSSA CASA

Encontro 2 de Crianças e Adolescentes:
ADMIRAR AS MÃES, PAIS E RESPONSÁVEIS

Metodologia Famílias Fortes

Índice

Balas

Fazendo a árvore da família

Fechando o círculo

Materiais necessários:

- Balas (ou outros doces coloridos);
- Recipiente para os doces;
- Caderno de Atividades de Mães, Pais e Responsáveis;
- Caderno de Atividades de Crianças e Adolescentes;
- Cartolina (uma por família);
- Pincéis atômicos (uma ou mais cores);
- Canetinhas, lápis de cor ou de cera;
- Cola ou cola em bastão (uma por família);
- Tesoura (uma por família);
- **Cartaz Árvore da Família;**
- **Cartaz Nosso Lema – Crianças e Adolescentes”;**
- **Cartaz Nosso Lema - Mães, Pais e Responsáveis;**
- **Cartaz Nosso Lema” - Famílias;**

Nota à Equipe de Facilitação:

Neste momento, a equipe trabalha em conjunto. É importante que as pessoas que não estejam na condução das atividades deem suporte às famílias durante todo o encontro e estejam atentas para auxiliar em leituras que se façam necessárias ou qualquer outra necessidade especial.

Encontro 2 - Famílias

Admirar as pessoas da família



Objetivos

Ajudar as famílias a:

- Identificar qualidades nas pessoas da família;
- Demonstrar admiração.

BALAS

..... 5 minutos ⌚

1. Se o seu grupo for grande (com mais de 20 participantes), divida-o em dois, mas não separe as pessoas da mesma família.
2. Peça a cada grupo para se sentar em forma de círculo no chão ou em cadeiras (no caso de haver alguma dificuldade).
3. Fixe o cartaz de balas e cores onde os grupos possam ver.
4. Coloque balas (ou outros doces coloridos embalados) em um recipiente opaco que não permita que os doces sejam vistos, pois as pessoas devem pegar sem escolher).
5. Passe o recipiente pelos círculos e peça para uma pessoa por vez pegar uma balinha;
6. Peça para a pessoa responder à pergunta do cartaz que é da mesma cor do doce. Depois que a pessoa responder, peça que passe o recipiente para quem está ao lado.

Fim do jogo.

Fazendo a árvore da família

Atividade 2.1 | 45 minutos ⌚📅

1. Peça às pessoas que se sentem juntas em grupos familiares.
2. Mostre e leia o cartaz Árvore da Família.
3. Explique que os galhos maiores representam as pessoas responsáveis, os galhos menores, as filhas e filhos, e as raízes, avós e avôs.

Nota à Equipe de Facilitação:

Se outras pessoas vivem com a família, outros galhos podem ser adicionados para essas pessoas. Tenha cuidado para não priorizar um modelo familiar em detrimento de outro. Ouça a família e ajude-a a representar sua configuração sem constrangimento ou julgamento.

2 grupos	As pessoas da família devem ficar juntas
cada grupo 10-15 participantes	

Vermelho

Uma situação que deixou você com vergonha.

Amarelo

Algo de que você tem medo.

Verde

Alguém que você admira.

Roxo

Algo que te aborrece.

Laranja

Um motivo de orgulho.



4. Diga ao grupo que é preciso desenhar folhas com a qualidade de cada membro para compor a árvore. Cada membro da família escreve ou desenha pelo menos quatro qualidades para os outros. Cada pessoa pode adicionar outras qualidades. No Caderno de Atividades haverá uma lista de qualidades para ser consultada, caso necessário.
5. As qualidades das avós e avôs devem ser escritas ou desenhadas nas raízes da árvore.
6. As qualidades presentes em toda a família devem ser escritas ou desenhadas ao longo do tronco.
7. Peça às famílias que comecem com os galhos para as pessoas que estão presentes e, se der tempo, podem adicionar galhos para outras pessoas da família.
8. Entregue às filhas e filhos uma cartolina, tesoura, cola, canetinhas e lápis coloridos.
9. Incentive as famílias a decorarem suas árvores com pássaros, sol, entre outros.

Fim da atividade.

FECHANDO O CÍRCULO

..... 5 minutos 🕒

1. Peça às pessoas responsáveis que se reúnam em um círculo com filhas e filhos ao lado.
2. Escreva na cartolina as Frases de Conclusão e peça para cada responsável dizer:
Uma qualidade que minha/meu filha/filho tem é...
3. As crianças e adolescentes respondem na sequência:
“Uma qualidade que a pessoa responsável por mim tem é...”
4. Peça às filhas e aos filhos para dizerem o Nosso Lema de Crianças e Adolescentes.
5. Peça aos responsáveis que digam o Nosso Lema de Mães, Pais e Responsáveis.
6. Peça ao grupo dizer o Nosso Lema de Famílias.

Frases de Conclusão

Responsáveis: “Uma qualidade que minha filha ou filho tem é...”

Crianças e adolescentes: “Uma qualidade que a pessoa responsável por mim tem é...”



ENCONTRO 3

Famílias

MOMENTOS DE FAMÍLIA

Encontro 3 de Mães, Pais e Responsáveis:
INCENTIVAR AS BOAS ATITUDES

Encontro 3 de Crianças e Adolescentes:
LIDAR COM O ESTRESSE

Metodologia Famílias Fortes

Índice

Balões no ar

Introdução aos momentos de família

Momentos de família

Brincando em família

Formas de se divertir em família

Fechando o círculo

Materiais necessários:

- Balões (12 unidades);
- Projetor (datashow + computador) ou TV (aparelho que possa exibir os vídeos);
- Caixa de som;
- Vídeo do Encontro 3 - Famílias;
- Caderno de Atividades de Crianças e Adolescentes;
- Caderno de Atividades de Mães, Pais e Responsáveis;
- Jogos (caso tenha disponível no serviço);
- **Cartaz Nosso Lema – Crianças e Adolescentes;**
- **Cartaz Nosso Lema - Mães, Pais e Responsáveis;**
- **Cartaz Nosso Lema” - Famílias**

Nota à Equipe de Facilitação:

Neste momento, a equipe trabalha em conjunto. É importante distribuir as tarefas, por exemplo, quem não estiver na condução da atividade deverá dar suporte durante a facilitação e auxiliar as famílias durante todo o encontro.

Encontro 3 - Famílias Momentos de família



Objetivos

As famílias receberão ferramentas para:

- Compreender o valor dos momentos em família;
- Aprender a fazer um momento de família;
- Trabalhar com recompensas para o sistema de pontos;
- Planejar atividades divertidas em família.

BALÕES NO AR

..... 8 minutos ⌚

1. Divida o grupo em duas equipes de 5 a 6 pessoas, colocando a criança/adolescente no mesmo grupo de sua/seu respectiva/o responsável. Forme dois círculos segurando as mãos. Haverá uma pessoa da Equipe de Facilitação responsável pelo grupo.
2. Jogue um balão para cada grupo e peça que o mantenham no ar sem soltarem as mãos. Diga como farão isso. Por exemplo: “mantenham o balão no ar usando apenas os cotovelos”. Depois troque para nariz, orelhas, cabeça, ombro, joelho, pé, entre outros.
3. Depois de terem praticado com um balão, jogue outro e depois outro até ter quatro balões em cada círculo.
4. O objetivo é manter o maior número de balões no ar pelo maior tempo possível.

Fim da atividade.

Mostre as/aos responsáveis o boneco Jorge, feito durante o Encontros de Crianças e Adolescentes. Deixe que filhas e filhos falem para suas/seus responsáveis sobre o estresse e que há maneiras saudáveis de lidar com isso.

INTRODUÇÃO AOS MOMENTOS DE FAMÍLIA

..... 2 minutos ⌚

1. Diga ao grupo que os momentos de família são uma boa maneira de fazerem planos, resolverem problemas e se divertirem.
2. Quando crianças e adolescentes começam a ter mais atividades fora de casa, o momento das famílias ajuda a verificar horários, fazer combinados e acompanhar suas rotinas e necessidades.
3. Nesta faixa etária de 10 a 14 anos crianças e adolescentes podem dar sugestões sobre regras e consequências para a família.

Inicie o vídeo ▶

Momentos de família

Atividade 3.1 | 25 minutos ⌚

Falas do vídeo4 minutos ⌚

- Necessidade dos momentos de família;
- Primeiro momento das famílias.

LÍGIA

Nada como ter uma manicure exclusiva que cuida da mãe assim, né?

PATRÍCIA

Sabe, a Maria Eduarda me deixou tão brava ontem à noite. Ela esperou até o último minuto para me pedir dinheiro para ir para uma festa. Estamos com cada vez mais ocupações e ficamos sem tempo para planejar tudo. E quanto mais velhos, pior fica.

LÍGIA

Entendo. Teve um dia que a Duda me perguntou se ela podia levar um bolo para vender na escola. No mesmo dia. Se ela tivesse me avisado antes, não teria sido um problema. Eu acho que precisamos conversar com elas e eles sobre o assunto, principalmente agora que estão perto da adolescência. Eles estão sempre na rua... acho que não temos mais tempo como uma família.

PATRÍCIA

Eu sei, eu sei. Bom, ok. Deveríamos gastar 15 ou 20 minutos só para organizar nossos momentos de família antes que vire um problema.

LÍGIA

Bem, quando vamos fazer isso? E quando vamos ter tempo?

PATRÍCIA

Temos que arrumar tempo, mãe. Olha, sábado de manhã, que tal?

LÍGIA

Bom, eu acho que não. As crianças gostam de dormir até mais tarde e vão ficar com raiva se os acordarmos. Além disso, é o único dia que temos feira. Que tal domingo, no início da noite?

PATRÍCIA

Pode ser.

LÍGIA

A gente podia passar um tempo com as crianças. Não precisa durar muito.

PATRÍCIA

Entendi, domingo.

NARRAÇÃO

Parece que a maioria das famílias anda sem tempo nesses dias. Com todo mundo trabalhando e ocupado em sustentar a casa, as crianças e adolescentes terminam se envolvendo mais e mais com outras atividades, querendo passar mais tempo com as amigas e os amigos.

NARRAÇÃO

A semana pode ficar bastante agitada, com diversas tarefas do dia a dia. Mas, tirar um tempo para um breve momento em família toda semana, pode fazer com que as coisas fiquem mais tranquilas para todas e todos.

NARRAÇÃO

Uma boa ideia é escrever as coisas no calendário para evitar problemas e mal-entendidos. O tempo gasto pode valer a pena com menos frustração para todas e todos.

NARRAÇÃO

Outra vantagem dos momentos em família, principalmente para famílias com crianças e adolescentes, é que eles têm a oportunidade de aprender a resolver problemas juntos.

Pare o vídeo aqui ▶

NARRAÇÃO

Quando as crianças e adolescentes reclamam das regras ou têm dificuldades em se dar bem, você pode pedir que coloquem o que incomoda na conversa para o próximo momento de família. Isso pode poupar tempo se precisarmos lidar com cada problema que aparece.

NARRAÇÃO

Vamos ver um momento de família em andamento. Observe que a primeira coisa é uma rodada de elogios. Começar dizendo algo bom para as demais pessoas, como um agradecimento, pode ajudar a estabelecer um clima positivo para a reunião.

PATRÍCIA

Então, tudo bem, vamos começar nosso papo em família? Eu acho que primeiro devemos iniciar com uma rodada de elogios.

DANIEL

Elogios? Por que temos que elogiar? Parece forçado.

PATRÍCIA

É só para começar com o pé direito, vai... Vamos, se animem! Vamos lá! Maria, você estava ótima no vôlei semana passada.

MARIA EDUARDA

Obrigada.

PATRÍCIA

É sério.

MARIA EDUARDA

Está bem. É.... Daniel, obrigada por me ajudar com meu dever de matemática. Me ajudou muito na prova.

DANIEL

Tudo bem. Vó, o frango que você fez para a janta estava muito bom.

LÍGIA

Ohh, muito obrigada, meu amor. Filha, muito obrigada por chegar cedo em casa ontem, porque aí eu pude ir na casa da sua tia. Eu estava precisando. Então, vamos começar. Daniel, agora é sua vez de ler as regras.

DANIEL

Vamos ver. Rodada de elogios... Ok, essa parte já foi... Aqui: Número um: A opinião de todos deve ser respeitada, sem sermão nem bronca. Número dois: Manter o foco no assunto. Número três: Manter um caderno ou lista de decisões tomadas e terminar a conversa com o resumo. Número quatro: Fazer reuniões curtas. Vamos lembrar dessa. Quero assistir ao futebol às 19h.

DANIEL

Número cinco: Ver na próxima semana se as decisões estão dando certo. E número seis: continuar tentando.

PATRÍCIA

Bem, estamos tentando. Nós tivemos um problema na semana passada, mas fizemos uma reunião no final, né?

Discussão: 

1. Diga às famílias que irão praticar um momento de família como os do vídeo. Explique que, após a rodada de elogios, crianças e adolescentes vão ler as Regras dos Momentos de Família (que estão nos Cadernos de Atividades).

- Auxilie as famílias a localizarem as Regras dos Momentos das Famílias em seus cadernos.

2. Peça a cada família que faça uma rodada de elogios.

Falas do vídeo4 minutos 

Regras dos Momentos de Famílias

Comece o momento com elogios;
Respeite a opinião de todas as pessoas;
Sem sermão ou bronca;
Mantenha o foco;
Resuma os acordos;
Verifique no próximo encontro se as decisões estão dando certo;
Continue tentando;
Façam reuniões curtas.

4 MINUTOS.

Nota à Equipe de Facilitação:

Atenção ao tempo da atividade. Se a prática levar mais de quatro minutos você pode atrasar a finalização do encontro.

LÍGIA

Sim, por que não começamos com o calendário? Daniel, quando você vai jogar futebol na semana que vem?

DANIEL

Bem, temos o treino na terça. Não, desculpa, quarta. E o jogo na sexta.

LÍGIA

Ótimo. Agora, Maria Eduarda, você vai pra festa da semana que vem?

MARIA EDUARDA

Bem, espero que eu possa ir à festa, mesmo sendo na quarta-feira. E no sábado, deixe eu ir ao shopping, por favor?

PATRÍCIA

Hum, bem, vamos ver se dá certo... talvez eu esteja trabalhando no sábado.

MARIA EDUARDA

Está bem.

LÍGIA

Agora vamos falar sobre as tarefas da casa da semana passada.

MARIA EDUARDA

Ah, hum, Daniel e eu concordamos em revezar durante a semana. Arrumar a mesa e lavar a louça. E se um de nós não puder fazer isso em alguma noite, a gente troca um com o outro.

LÍGIA

E como tem funcionado isso?

DANIEL

Bem, tem dado tudo certo, eu acho. Tirando uma noite que eu esqueci e fui para a casa do Hugo e a Maria teve que fazer por mim. Aí a mamãe teve que me lembrar.

PATRÍCIA
Isso.

DANIEL
Então acho que devo uma pra Maria.

MARIA EDUARDA
Não se preocupe, eu não vou esquecer.

LÍGIA
Então querem tentar mais uma semana?

Todos acenam que sim com a cabeça.

LÍGIA
Ótimo.

PATRÍCIA
Eu queria falar sobre esse sistema de pontos, sabe. Onde vocês podem ganhar recompensas, certo?

MARIA EDUARDA
Sim.

PATRÍCIA
Maria Eduarda, o que você vai fazer para ganhar pontos?

MARIA EDUARDA
Hummm... acho que eu vou levantar no horário sem reclamar.

PATRÍCIA
Ok, vamos usar o Sistema de Pontos, então. A gente pode por no armário para todo mundo ver... Aqui: o nome da Maria no topo e a Maria vai levantar no horário.

MARIA EDUARDA
Sim, isso.

PATRÍCIA
Levantar no horário.

LÍGIA
Calma, vamos ser mais específicos. Levantar no horário seria o que, exatamente?

MARIA EDUARDA
Sair da cama às 06h30, me arrumar e ficar pronta para sair às 07h.

LÍGIA
Tudo bem. Só para ficar bem definido, então, você vai ganhar pontos se conseguir acordar às 06h30, se vestir e ficar pronta, mas pronta mesmo, às 07h da manhã.

MARIA EDUARDA
Isso.

PATRÍCIA
07h, acho que ela consegue fazer. Você também disse algo sobre querer ver a Jéssica essa semana.

MARIA EDUARDA
Ah, é. Se eu conseguir meus pontos, posso chamar a Jéssica pra dormir aqui na semana que vem?

PATRÍCIA
O que você acha?

LÍGIA
Por mim, eu acho que está tudo bem, mas vamos ver como vai ser essa semana, tá?

MARIA EDUARDA
Ok.

PATRÍCIA
Muito bom, gostei disso. Certo, Daniel. O que você vai fazer para ganhar pontos?

DANIEL
Bem, vou fazer o meu dever de casa às duas horas, para assistir TV depois.

PATRÍCIA
Tudo bem.

Discussão:**1. Faça a pergunta da tela.**

Certifique-se de que estes itens sejam mencionados:

- Seguiram as regras;
- Não interromperam;
- Concentraram-se no assunto escolhido;
- Todos foram educados.

Conversa em família

..... **5 minutos** 🕒

2. Diga ao grupo que vão continuar os momentos de família falando sobre o sistema de pontos. Mostre a tabela de pontos e explique como funciona. Você pode pedir que alguma/ algum responsável voluntária/o explique. Diga a crianças e adolescentes que o sistema de pontos pode ajudar a não esquecer o que devem fazer em casa.

Por exemplo, se José tem dificuldade em lembrar-se de colocar o uniforme da escola para lavar, ele vai ganhar pontos pelos dias em que se lembrar. Quando tiver pontos suficientes, ele ganha uma recompensa. Peça para as famílias conversarem e decidirem qual recompensa a filha ou filho pode ganhar.

3. Dê os seguintes exemplos de recompensas para crianças e adolescentes:

- Dormir um pouco mais tarde no final de semana;
- Fazer um passeio;
- Poder escolher o filme a que a família vai assistir.

O que ajudou este momento de família acontecer sem problemas?

1 MINUTO E MEIO

Agora vamos praticar o sistema de pontos em família.

5 MINUTOS

Nota à Equipe de Facilitação:

Atenção ao tempo de prática. Se a atividade durar mais de cinco minutos você pode atrasar a finalização do encontro.

Falas do vídeo4 minutos

- Segundo momento de família, parte 1

NARRAÇÃO

Deu tudo certo, não é? A família começou a reunião com elogios e leram as regras e combinados. Depois que vocês se acostumarem a fazer os momentos de família, provavelmente não precisarão mais ler as regras. Mas ajuda quando você está aprendendo. Em seguida, a criança ou adolescente lê as decisões do encontro anterior.

NARRAÇÃO

Essa é uma parte importante. Não adianta você fazer o acordo se você não acompanhar se está dando certo.

NARRAÇÃO

Lembre-se que os momentos de família são apenas uma forma de manter o controle dos planos e ver como as coisas estão indo.

NARRAÇÃO

Os encontros têm que ser curtos e positivos. Mas... o que acontece quando os problemas são mencionados, mas nem todos concordam? Vamos ver.

JULIA

Bem, essa semana passou bem rápido. A gente nem teve tempo de sentar e conversar. Que tal se, antes do filme, fizermos um momento de família de 10 minutos? Você quer falar alguma coisa?

RAFAEL

Bem, quero, sim. Não acho justo eu colocar o lixo para fora e ainda ajudar com a louça. Eu acho que a Ana que tem que lavar a louça.

ANA

Não é justo. Toda noite tem louça. Você não tem que colocar o lixo para fora todos os dias.

JULIA

Espera aí. Deixe eu entender. Você está me dizendo que faz mais do que a Ana por ajudar com a louça e TAMBÉM tirar o lixo? E você está dizendo que está fazendo mais do que o Rafael porque lava a louça todo dia?

ANA

Estou sim. Ele sempre tenta se livrar do trabalho.

JULIA

Ana, os momentos de família não são para reclamar ou brigar, eles servem para a gente se ouvir. Se ficar com raiva, vamos ter que deixar para outra hora quando vocês estiverem de bom humor.

RAFAEL

A gente pode tentar fazer agora. Prometo não implicar com você se você prometer não implicar comigo.

ANA

Tudo bem, então.

JULIA

Ok, Rafael. Como você acha que podemos resolver isso?

RAFAEL

[suspiro] Bem, eu posso colocar o lixo para fora e fazer tudo o que for lá de fora, pode ser?

ANA

Não é justo. Por que não podemos dividir o trabalho do lado de dentro e de fora? Metade do tempo eu faço de dentro e a outra metade você faz.

Discussão:



1. Peça ao grupo alguns exemplos de coisas que são pesadas ou sérias demais para falar em um momento de família.

Certifique-se de que estes itens sejam mencionados:

- Problemas financeiros;
- Gravidez na adolescência;
- Abuso de substâncias;
- Problemas sérios na escola.

Fim da atividade.

JULIA

Eu tenho uma ideia. Por que não contamos o tempo exato que leva para vocês fazerem essas tarefas? Aí vamos saber quanto tempo leva para cada pessoa fazer aquilo.

RAFAEL

Gostei.

ANA

Tá bom.

JULIA

Mais alguma ideia antes de tomarmos uma decisão?

RAFAEL

Eu prefiro lavar os pratos e não lavar as panelas.

JULIA

Tudo bem, vamos anotar essa.

NARRAÇÃO

Quando, no momento de família, são abordadas questões sobre as quais essas pessoas têm fortes sentimentos, como fazer tarefas de casa ou outras regras, é importante lembrar os membros da família sobre as regras. Entendemos que é difícil, mas nada vai dar certo se os momentos de família forem usados para discussões.

NARRAÇÃO

Quando as pessoas não conseguem chegar a um consenso sobre o problema, o melhor é adiar a discussão para outro momento.

NARRAÇÃO

Na cena que acabamos de ver, a responsável teve que lembrar a filha e o filho duas vezes. Se não tivessem parado de discutir após o lembrete, a responsável deveria ter ido para outra questão. Ou se a filha e o filho ainda estivessem chateados, deveriam parar o momento de família e marcar para outro dia.

NARRAÇÃO

E alguns problemas não dão certo em reuniões de família. Se os responsáveis ou as crianças e os adolescentes ficarem muito chateados, não se ganha nada.

NARRAÇÃO

Alguns problemas passam dos limites de um momento familiar comum, como alguém ser pego furtando ou problemas conjugais. Esses dois exemplos são situações que não têm soluções rápidas, envolvem muita emoção e não estão ligadas a todos os membros da família.

NARRAÇÃO

Isso não significa que os familiares não devam falar sobre esses tipos de problemas. Apenas evite expor o assunto no momento de família semanal. Será mais cuidadoso se essas situações forem conversadas em outro momento, com as pessoas envolvidas.

Quais assuntos você deve evitar nos momentos semanais de família?

2 MINUTOS

Falas do vídeo4 minutos 🕒

- Segundo momento de família, parte 2

NARRAÇÃO

Mas os momentos de família não são apenas para problemas. Deve haver algum tempo para falar sobre coisas que todas e todos gostam, como projetos familiares especiais, acontecimentos importantes na semana, passeios ou férias.

NARRAÇÃO

E é uma boa ideia acabar com alguma atividade divertida. Pode ser um lanche especial, um jogo ou outra coisa que toda a família pode desfrutar.

NARRAÇÃO

Vamos ver agora outro exemplo, com uma família discutindo algo que não é um problema.

JULIA

Então, tá. Vamos ler o que a gente decidiu. Ana e Rafael vão contar o tempo que levam para fazer suas tarefas de casa nas próximas duas semanas.

ANA

Por que não colocamos nossas iniciais no calendário, marcando cada atividade?

RAFAEL

Pode ser.

ANA

Podemos falar sobre aquela ideia de irmos lá na feirinha que está tendo na praça?

JULIA

Vamos fazer isso. Vamos começar por aí. Então podemos assistir um filme, comer aquele delicioso bolo que você fez.

ANA

(sorrindo)
Tá!

RAFAEL

Eu queria ir! Minhas amigas e amigos vão. Ouvi dizer que terão atrações culturais.

ANA

Sério?

JULIA

É mesmo?

NARRAÇÃO

Os momentos de família podem realmente ajudar e não precisam tomar muito tempo. Vamos rever as regras?

NARRAÇÃO

Um: Inicie esses momentos de família com elogios e certifique-se de que a opinião de todas e todos seja respeitada.

NARRAÇÃO

Dois: Mantenha uma lista de decisões tomadas nos momentos de família anteriores e resuma as mesmas no final.

NARRAÇÃO

Três: Verifique no próximo encontro para ver se as decisões estão dando certo.

NARRAÇÃO

Quatro: Faça momentos de família curtos e não obrigue ninguém a participar. No mais, continue tentando.

NARRAÇÃO

No início, os momentos de família podem parecer estranhos, não se preocupe. Depois de algumas vezes, você provavelmente vai se sentir muito mais confortável e vai gostar de estar junto e participar dessas conversas.

NARRAÇÃO

E lembre-se, os momentos de família são fundamentais para unir familiares e demonstram o quanto vocês se importam uns com os outros!

Brincando em família

Atividade 3.2 | 20 minutos ⌚

1. Peça às crianças e às/aos adolescentes para se sentarem junto a suas/seus responsáveis. Pergunte se conhecem alguma brincadeira para fazer neste momento. Oriente as famílias a buscarem brincadeiras que façam uso apenas da oralidade, por exemplo, pedra, papel e tesoura.
2. Peça para cada família escolher um jogo e jogar.
3. Circule para ajudar com dificuldade em começar o jogo.
4. Caso seu serviço disponha de jogos, ofereça-os às famílias.
5. Incentive-as a jogar em casa.

FORMAS DE SE DIVERTIR EM FAMÍLIA 📅

1. Peça ao grupo para abrirem o caderno de atividade de responsáveis na atividade “Formas de se Divertir em Família”. Questione e elabore uma lista de coisas para fazerem em família.
2. Após a leitura, discutam os itens da lista e falem sobre as atividades divertidas que podem fazer juntos.

Nota à equipe de facilitação

Enfatize que há várias atividades que a família pode fazer sem gastar dinheiro, como ir a parques, cachoeiras, fazer caminhada, entre outras. Ajude a mapear os equipamentos culturais urbanos que cada território tem.

Sugerimos fortemente a buscar, previamente, parcerias com as secretarias de Cultura, Esporte, Turismo ou outros setores para mapear atividades gratuitas que possam servir de incentivo às famílias a se apropriarem de espaços e atividades públicos.

FECHANDO O CÍRCULO

..... 5 minutos 🕒

1. Peça às famílias que se reúnam em um círculo. As crianças e adolescentes devem ficar ao lado de seus responsáveis.
2. Escreva as Frases de Conclusão e peça para cada responsável dizer:
“Uma recompensa que minha filha ou filho quer ganhar é...”
 (Personalize para que cada responsável diga com criança/adolescentes).
3. Seguido pela criança/adolescente dizendo:
“Uma recompensa que eu quero ganhar é...”
4. Peça a cada familiar para praticar um curto momento de família em casa durante a semana.
5. Peça a filhas e filhos para dizerem o Nosso Lema de Crianças e Adolescentes.
6. Peça às pessoas responsáveis que digam o Nosso Lema de Mães, dos Pais e Responsáveis.
7. Peça ao grupo dizer o Nosso Lema de Famílias.

Nota à equipe de facilitação

Veja se o grupo consegue dizer o lema sem olhar para o cartaz.

Frases de Conclusão

Responsáveis: “Uma recompensa que minha filha ou filho quer ganhar é...”

Crianças e Adolescentes: “uma recompensa que eu quero ganhar é...”



ENCONTRO 4

Famílias

COMPREENDER OS VALORES FAMILIARES

Encontro 4 de Mães, Pais e Responsáveis:
USAR CONSEQUÊNCIAS

Encontro 4 de Crianças e Adolescentes:
SEGUIR REGRAS

Metodologia Famílias Fortes

Índice

Compreender os valores familiares
Adivinhando valores
Combinar valores com a ação
Fazendo a Marca da Família
Fechando o círculo

Materiais necessários:

- Cartolina ou similar (uma por família);
- Pincéis atômicos;
- Revistas;
- Tesouras (uma por família);
- Cola ou cola em bastão;
- Caderno de Atividades de Crianças e Adolescentes;
- Caderno de Atividades de Mães, Pais e Responsáveis
- **Cartões Valores da Família;**
- **Cartões Cenário dos Valores;**
- **Cartaz Valores da Família;**
- **Cartazes Nosso Lema.**

Nota à Equipe de Facilitação:

Neste momento, a equipe trabalha em conjunto. É importante distribuir as tarefas, por exemplo, quem não estiver na condução da atividade deverá dar suporte durante a facilitação e auxiliar as famílias durante todo o encontro.

Encontro 4 - Famílias

Compreender os valores familiares



Objetivos

As famílias irão:

- Descobrir seus valores de acordo com suas atividades e decisões;
- Identificar seus próprios valores familiares.

COMPREENDER OS VALORES FAMILIARES

Adivinhando valores

Atividade 4.1 | 7 minutos ⌚

1. Introduza a ideia de valores como algo em que acreditamos e onde colocamos esforços e tempo. Diga que todas as famílias têm valores, mas que podem ser diferentes de uma para a outra.
2. Fixe o cartaz Valores da Família.
3. Deixe crianças e adolescentes formarem duplas e faça com que escolham um valor diferente do cartaz sem que os responsáveis vejam.
4. Destine a cada dupla o tempo de três a quatro minutos para descobrir como encenará o valor que escolheu. A Equipe de Facilitação deve circular para ajudar no que for necessário.
5. As duplas encenarão o valor escolhido para que os responsáveis adivinhem.

Honestidade

Ação possível: alguém deixa a carteira cair e outra pessoa pega e devolve.

Educação e estudo

Ação possível: ler um livro.

Cuidado com o ambiente

Ação possível: recolher lixo.

Espiritualidade/fé

Ação possível: uma cena fazendo alguma oração.

Cuidado e respeito aos idosos

Ação possível: ajudar uma pessoa idosa a atravessar a rua.

Gentileza e empatia

Ação possível: conversar com uma pessoa demonstrando interesse por ela.

Dedicação ao trabalho

Ação possível: digitar num computador.

Cuidado com a saúde

Ação possível: fazer exercícios.

Responsabilidade

Ação possível: fazer tarefas de casa antes de se divertir.

União da família

Ação possível: mostrar a família se divertindo.

Participação e envolvimento com a comunidade

Ação possível: organizar um mutirão de jovens para grafitar o muro da escola do bairro.

Tradição familiar

Ação possível: montar a árvore de Natal juntos.

Nota à Equipe de Facilitação:

Se necessário, a equipe ajudará a dupla durante a encenação, a fim de auxiliar responsáveis a adivinharem os valores.

Fim da atividade.

Combinar valores com a ação

Atividade 4.2 | 5 minutos

1. Dê um cartão Valores da Família para cada criança/adolescente e um cartão Cenário dos Valores a cada responsável.
 2. Forme duas filas: uma com o grupo de criança/adolescente e outra com responsáveis. Deixe os grupos virados um de frente para o outro.
 3. Inicie na ponta de cada fila. Leia o cenário do cartão. A/O criança/adolescente que tem o valor correspondente ao cenário se posiciona ao lado do responsável.
- Obs.:** se mais de uma criança ou adolescente ficou com o mesmo responsável, comente que algumas situações podem ter mais de um valor.
4. Continue pela fila. A cada cartão de cenário lido, a/o criança/adolescente pode sair do primeiro cenário escolhido para o cenário que foi lido agora. Às vezes, ao ouvir um outro cenário, a criança/adolescente pode identificar que representa melhor o valor de seu cartão. Certifique-se de que cada responsável com um cartão de cenário tenha ao seu lado uma criança/adolescente com um cartão de valor.

Fim da atividade.

Nota 1 à Equipe de Facilitação:

existem 12 pares de cartões: cada cartão **Cenário dos Valores** tem um cartão **Valores da Família** correspondente. Caso o grupo seja composto por menos de 12 famílias, escolha os cartões antes para que somente conjuntos que combinem sejam usados.

Nota 2 à Equipe de Facilitação:

a pessoa responsável pela condução da atividade faz a leitura do cartão ou pede que alguém do grupo se voluntarie.

Fazendo a Marca da Família

Atividade 4.3 | 45 minutos 🕒 📅

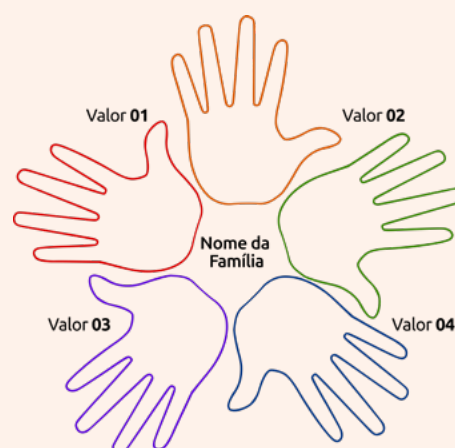
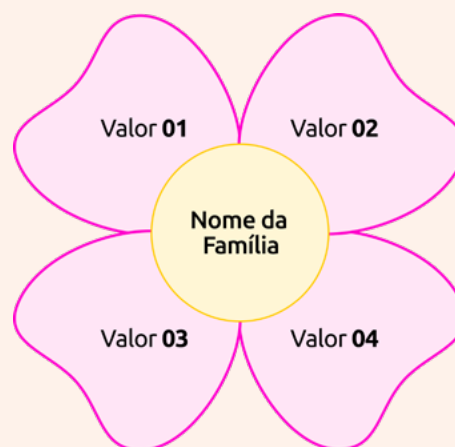
1. Diga ao grupo que farão um desenho que represente a Marca da Família. Explique que nessa marca devem ser colocados os quatro valores mais importantes para a sua família e que esses valores ajudam a atravessar tempos difíceis e a crescer juntos. Use a criatividade para representar os valores específicos da sua família e os desenhos.

2. Peça para responsáveis, crianças e adolescentes se sentarem juntos e abrirem o Caderno de Atividades na atividade Fazendo a Marca da Família, para buscar inspiração. Solicite a um membro da família para pegar uma cartolina e levar até seu familiar.

3. Peça para cada família desenhar sua marca e decidir sobre quatro valores que ela tem. Desenhe ou escreva cada valor em um dos quadrantes.

4. Explique que na parte central da marca deve ter um espaço para ser colocado o sobrenome de cada família. Se crianças, adolescentes e responsáveis tiverem sobrenomes diferentes, ambos os nomes devem ser escritos.

5. Peça a cada família para buscar os materiais que irá usar (cartolina, cola, tesoura, pincéis atômicos, canetinhas).



Fim da atividade.

FECHANDO O CÍRCULO

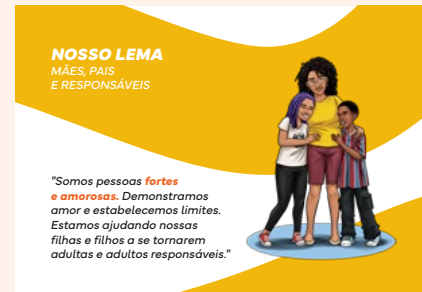
..... 3 minutos 🕒

Obs: Se possível, tirar foto da família com a sua marca.

1. Peça que tragam suas marcas e fiquem em círculo com crianças e adolescentes ao lado de seus responsáveis.
2. Leia a Frase de Conclusão e peça para a família repetir dizendo o valor mais representativo para ela
Um valor que nossa família tem é...".
3. Peça a filhas e filhos para dizerem o Nosso Lema de Crianças e Adolescentes.
4. Peça às pessoas responsáveis que digam o Nosso Lema de Mães, Pais e Responsáveis.
5. Peça ao grupo dizer o Nosso Lema de Famílias.

Frases de Conclusão

Um valor que nossa família tem é...



ENCONTRO 5

Famílias

FORTALECER A COMUNICAÇÃO FAMILIAR

Encontro 5 de Mães, Pais e Responsáveis:
CONSTRUIR PONTES

Encontro 5 de Crianças e Adolescentes:
LIDAR COM A PRESSÃO DAS AMIZADES

Metodologia Famílias Fortes

Índice

Jogo do Zap

Jogo de Ouvir

Demonstração de solução de problemas

Solução de problemas

Fechando o círculo

Materiais necessários:

- Cartolina;
- Pincéis atômicos;
- Pedacos de papel numerados de 01 a 12 para tirar de um chapéu ou recipiente escuro;
- Recipiente escuro (caixa, chapéu etc.);
- Caderno de Atividades de Crianças e Adolescentes
- Caderno de Atividades de Responsáveis;
- **Cartões Jogo de Ouvir;**
- **Cartaz Nosso Lema - Crianças e Adolescentes;**
- **Cartaz Nosso Lema” - Mães, Pais e Responsáveis;**
- **Cartaz Nosso Lema - Famílias.**

Nota à Equipe de Facilitação:

Neste momento, a equipe trabalha em conjunto. É importante distribuir as tarefas, por exemplo, quem não estiver na condução da atividade deverá dar suporte durante a facilitação e auxiliar as famílias durante todo o encontro.

Encontro 5 - Famílias

Fortalecer a comunicação familiar



Objetivos

As famílias receberão ferramentas para:

- Melhorar a comunicação e a escuta;
- Resolver problemas juntos.

JOGO DO ZAP

..... 5 minutos ⌚

1. Participantes, em pé, formam um círculo.
2. A primeira pessoa a jogar faz um movimento com as mãos esfregando uma palma na outra e direcionando o movimento para outra/o participante. No momento em que faz o gesto, fala Zap.
3. A pessoa que recebeu o Zap escolhe para quem quer passar a vez. Se for devolver a vez, a pessoa deve falar Tum, fazendo um gesto com a barriga como se fosse rebater uma bola em direção a quem fez Zap.
4. Lembre-se de que o movimento e o som devem ser feitos juntos.

Nota à Equipe de Facilitação:

esse é um jogo de descontração, o objetivo é que as pessoas participantes se divirtam. Precisa ser dinâmico e as jogadas, rápidas.

Jogo de Ouvir

Atividade 5.1 | 25 minutos 🕒

1. Peça às filhas e aos filhos para se sentarem com seus responsáveis.
2. Diga às famílias que no jogo, podem praticar a boa comunicação.
3. Peça ao grupo que diga diferentes tipos de sentimentos. Estimule-o a criar um emoji representando o sentimento numa cartolina ou lousa (emoji modelo WhatsApp, não estilizado).

Certifique-se de que estes itens sejam mencionados:

- Aborrecido;
- Preocupado;
- Com medo;
- Irritado;
- Magoado;
- Animado;
- Orgulhoso;
- Triste;
- Decepcionado;
- Frustrado;
- Com vergonha;
- Feliz.

4. Diga que vão praticar o jogo Solução de Problemas juntos na próxima atividade. Tanto responsáveis quanto crianças/adolescentes trabalharão nas soluções para os problemas. Mas primeiro ambos os lados precisam se dispor a ouvir de forma atenta a outra pessoa, sem ficar pensando na resposta, justificando-se ou julgando, mas sim, acolhendo o sentimento da outra pessoa. As famílias vão praticar mostrando que realmente ouvem o que a outra pessoa está dizendo. Antes de tentar essa escuta ativa, a Equipe de Facilitação fará demonstrações.

Primeiro exemplo:

Pessoa da Equipe de Facilitação 1:

“Eu tive que correr para chegar aqui a tempo esta noite. Tive que ficar até tarde no trabalho, quase perdi o ônibus e tive que levar a Ana para o ensaio de dança. Eu estava com medo de estar muito atrasada.”

Pessoa da Equipe de Facilitação 2 (ouvinte):

“Você estava realmente com muito trabalho para fazer e ainda teve que levar sua filha para o ensaio. Você estava preocupada em se atrasar.”

Nota à Equipe de Facilitação:

Essa atividade é embasada na escuta ativa, pois é uma forma de estimular mudanças nas pessoas. Quando elas se sentem ouvidas, tendem a mudar suas atitudes em relação a si próprias e em relação a outras. Sentem-se valorizadas, menos defensivas, menos autoritárias, mais flexíveis e mais abertas.

Segundo exemplo:**Pessoa da Equipe de Facilitação 1:**

“Tive um ótimo fim de semana. O clima estava bom e eu pude sair e caminhar. Eu realmente me sinto melhor hoje.”

Pessoa da Equipe de Facilitação 2 (ouvinte):

“Você relaxou bastante este fim de semana. Você está revigorada e bem-disposta, pronta para outra semana.”

5. Peça para responsáveis, crianças e adolescentes para se sentarem de frente umas/uns às/aos outras/os:

Diga em voz alta e escreva:

- Fale de forma resumida o que você entendeu o que foi dito.
- Tente entender o sentimento da pessoa que está falando.

6. Peça para cada dupla sortear um número para indicar qual situação será usada.

7. Coloque os cartões Jogo de Ouvir no centro da mesa para que as crianças/adolescentes vejam o lado:

Crianças/adolescentes falam → Responsáveis escutam

E em seguida, que responsáveis vejam o lado:

Responsáveis falam → Crianças/adolescentes escutam

8. Inicialmente peça para a primeira criança/adolescente ler a declaração do cartão à sua frente. Alguém da Equipe de Facilitação pode ajudar. Depois, responsável resume o que a/o filha/o disse e acrescenta: *Você deve estar se sentindo...* Se a pessoa responsável resumiu corretamente, a dupla ganha um ponto.

9. Em seguida, a pessoa responsável daquela criança/adolescente lê o lado **Responsáveis falam → Crianças/adolescentes escutam** e a criança/adolescente resume o que o responsável disse e acrescenta: *you deve estar se sentindo....* Se resumiu corretamente, a dupla ganha outro ponto.

10. O jogo prossegue com outras duplas lendo as declarações e resumindo. Se der tempo, o jogo pode ser feito novamente com novas duplas e situações.

Fim da atividade.

Demonstração de solução de problemas

Atividade 5.2 | 10 minutos 🕒

1. Conte ao grupo a seguinte história:

“A família Souza discute toda semana sobre quem pode assistir seu programa de TV favorito na quinta-feira à noite. A mãe, a avó, as filhas e filhos têm diferentes pontos de vista.”

2. Diga ao grupo que o principal problema, nesse caso, é que os membros da família não chegam a um acordo sobre os programas da quinta-feira à noite. Anote o grande problema na cartolina.

3. Depois, peça ao grupo para descrever o ponto de vista da mãe. Após o grupo dar ideias, organize-as em sentenças breves e escreva na cartolina com o título Ponto de Vista da Mãe.

4. Em seguida, pergunte ao grupo qual deve ser o ponto de vista da avó. Mais uma vez, pegue várias ideias para chegar a um consenso. Escreva o argumento na cartolina com o título Ponto de Vista da Avó.

5. Posteriormente, peça ao grupo para discutir sobre o ponto de vista das filhas e filhos e chegar a um consenso. Escreva o argumento na cartolina com o título Ponto de Vista das Filhas e Filhos”.

6. Faça uma lista de possíveis opções que a família pode usar para resolver o impasse. Certifique-se de incluir todas as sugestões. Escreva as sugestões na cartolina ou lousa com o título Sugestões.

7. Após alguns minutos, dê a sugestão (se ainda não tiver nenhuma) que talvez eles poderiam desligar a TV e jogar baralho, jogo da memória, fazer uma atividade juntos.

8. Anote todas as opções do grupo na cartolina.

9. Peça ao grupo para escolher uma opção que a família Souza poderia tentar por um tempo.

Fim da atividade.

Solução de Problemas

Atividade 5.3 | 15 minutos

1. Diga ao grupo que farão um momento de família. Mostre o cartaz Regras do Momento de Família (Encontro 3 – Famílias) e reforce as regras. Incentive o grupo a iniciar com uma rodada de elogios. Em seguida, começa o jogo Solução de Problemas.

2. A Solução de Problemas é uma boa maneira de as famílias trabalharem juntas quando uma dificuldade surge. Se todas as pessoas contribuírem para encontrar a solução, é muito provável que dê certo.

Exemplo de possíveis problemas familiares:

- Não ter tempo para diversão em família;
- Dificuldade para escolher o programa de TV e assistirem juntos.

3. Auxilie o grupo a encontrar a atividade no Caderno de Responsáveis. A atividade deve seguir todas as etapas, uma por vez, até completar as quatro partes, conforme modelo abaixo:

Etapa 1: Pequenos problemas

Problema atual: _____

Auxilie cada núcleo familiar a escrever um pequeno problema que sua família tem. Oriente para que seja o mais específico possível. Dê exemplos: dividir o banheiro de manhã; pouca diversão em família; escolher um programa de TV.

Quando todos finalizarem a etapa 1, segue-se para a etapa 2.

Etapa 2: Pontos de vista

Cada membro da família dará seu ponto de vista sobre o problema identificado na etapa 1. É importante que todas as pessoas envolvidas na situação participem com opiniões.

Responsável 1: _____

Responsável 2: _____

Criança/adolescente: _____

Quando todas as pessoas finalizarem a etapa 2, segue-se para a etapa 3

Etapa 3: Pensar em possíveis soluções

Anote todas as sugestões, mesmos as que parecem não funcionar.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Quando todas as pessoas finalizarem a etapa 3, seguem-se para a 4.

Etapa 4: Escolha uma solução

Ajude a escolher uma das sugestões como solução para tentarem aplicar por uma semana e decidirem se está dando certo.

Solução:

Data para verificar: ____ / ____ / ____

Discussão

- A família partilha as soluções discutidas e o que escolheu;
- Peça ao grupo para pensar em outras possíveis soluções que poderiam ter funcionado.

Fim da atividade.

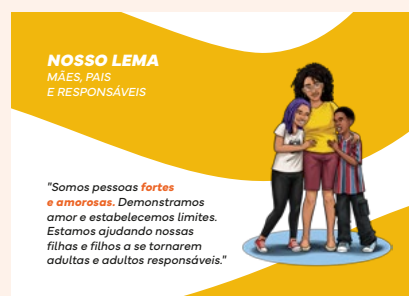
FECHANDO O CÍRCULO

..... 5 minutos ⌚

1. Peça às famílias que se reúnam em um círculo com as crianças/adolescentes ao lado das/dos responsáveis.
2. Peça que cada pessoa complete:
"Um problema para o qual poderíamos usar a Solução de Problemas é..."
3. Peça a cada família para praticar um curto momento de família em casa durante a semana.
4. Peça às filhas e filhos para dizerem o Nosso Lema de Crianças e Adolescentes.
5. Peça aos Responsáveis que digam o Nosso Lema de Mães, dos Pais e Responsáveis.
6. Peça ao grupo dizer o Nosso Lema de Famílias.

Frases de Conclusão

Um problema para o qual poderíamos usar a Solução de Problemas é...



ENCONTRO 6

Famílias

FAMÍLIAS E PRESSÃO DAS AMIZADES

Encontro 6 de Mães, Pais e Responsáveis:
PROTEGER DO USO DE SUBSTÂNCIAS

Encontro 6 de Crianças e Adolescentes:
PRESSÃO DAS AMIGAS E AMIGOS E BOAS AMIZADES

Metodologia Famílias Fortes

Índice

Jogo Alcançando Nossos Sonhos e Desejos
Responsáveis ajudando com a pressão de amigas e amigos
Compartilhando habilidades de recusar
Compartilhando os sonhos e as expectativas de responsáveis
Fechando o círculo

Materiais necessários:

- Fita adesiva;
- Tiras de pano de 50cm ou cadarços ou barbante (cinco);
- Doces (opcional)
- TV e/ou projetor (computador + datashow);
- Vídeo do Encontro 6 de Famílias;
- Caixa de som;
- Caderno de Atividades de Crianças e Adolescentes;
- Caderno de Atividades de Mães, Pais e Responsáveis;
- **Cartões Jogo Alcançando nossos Sonhos e Desejos - Mães, Pais e Responsáveis**
- **Cartões Jogo Alcançando nossos Sonhos e Desejos - Crianças e Adolescentes;**
- **Cartões Jogo Alcançando nossos Sonhos e Desejos - Vou te Salvar;**
- **Cartaz Criando a Situação do Encontro 5 das Crianças e Adolescentes;**
- **Cartaz Nosso Lema - Crianças e Adolescentes;**
- **Cartaz Nosso Lema - Mães, Pais e Responsáveis;**
- **Cartaz Nosso Lema - Famílias.**

Encontro 6 - Famílias

Famílias e pressão das amizades



Objetivos

As famílias irão:

- Conversar sobre estratégias de como evitar o uso de drogas lícitas e ilícitas;
- Conversar sobre comportamentos que atrapalham ou ajudam a alcançar os sonhos;
- Estabelecer expectativas para crianças e adolescentes.

Nota à Equipe de Facilitação:

Neste momento, a equipe trabalha em conjunto. É importante distribuir as tarefas, por exemplo, quem não estiver na condução da atividade deverá dar suporte durante a facilitação e auxiliar as famílias durante todo o encontro.

Jogo Alcançando Nossos Sonhos e Desejos

Atividade 6.1 | 25 minutos ⌚

1. Crie os grupos como demonstrado à direita.
2. Lembre ao grupo que, no Encontro 1, as filhas e filhos fizeram o Mapas dos Sonhos e Desejos mostrando seus sonhos e objetivos. Todas as pessoas conversaram sobre como crianças e adolescentes podem alcançar suas metas e, também, a respeito da importância da colaboração de responsáveis durante o processo.
3. Diga ao grupo que, assim como atletas precisam do auxílio de técnica/o para atingir seu objetivo (que é ganhar uma prova ou jogo), responsáveis podem ajudar as crianças e adolescentes a alcançarem seus sonhos.
4. Amarre com o barbante o pé esquerdo da pessoa responsável ao pé direito da criança ou adolescente. Depois, distribua os cartões Vou te Salvar para quem estiver assistindo.
5. A pessoa que facilita sorteia a ordem das duplas. Exemplo de sequência da jogada:
A mãe pega o Cartão de Responsável, lê, segue a instrução e assim por diante, até que todas/os tenham jogado. Quando responsável anda, criança/adolescente fica parada com o pé direito onde está.
6. Em seguida, crianças e adolescentes jogam na mesma ordem que suas/seus responsáveis, utilizando o Cartão Crianças/Adolescentes. Quando a criança ou adolescente anda, a/o responsável fica parada/o com o pé esquerdo onde está.
7. Após a última criança ou adolescente jogar, recomeça a sequência com a pessoa responsável 1. Peça que todas/os prestem atenção ao conteúdo de cada cartão.
8. Se a dupla se separar muito, alguém que estiver assistindo pode gritar Vou te Salvar (peça para ler o cartão) e a pessoa da dupla que está atrás se junta a quem está à frente.

Deixe de cinco a 10 minutos para a discussão.

Formação dos grupos

Quatro a cinco duplas compostas por uma criança ou adolescente e sua/seu responsável.

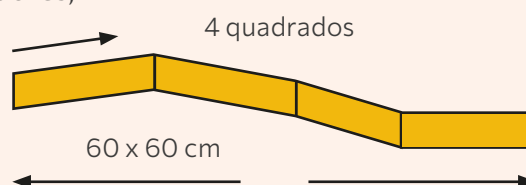
Nota 1 à Equipe de Facilitação:

caso perceba que as pessoas que assistem estão envolvidas, deixe as primeiras duplas irem até o fim. Caso se dispersem depois de sete ou oito minutos, agradeça pela participação e convide novas duplas para jogar.

Nota 2 à Equipe de Facilitação:

Antes de iniciar o Encontro 6, prepare esta atividade;

1. Use a fita adesiva para fazer uma amarelinha curvada, conforme a figura abaixo. Pode-se numerar os quadrados para facilitar o posicionamento de cada participante. A chegada pode ser sinalizada conforme a criatividade das/dos facilitadores;



2. Uma pessoa da equipe fica com os cartões de responsáveis, outra fica com os cartões das crianças/adolescentes e outra distribui os cartões "Vou te Salvar".
3. Cartões marcados com (") dizem para voltar e cartões marcados com (*) dizem para andar. Isso permite que você troque os cartões se alguma dupla ficar muito atrás.

Obs.: lembre-se de estamos no Encontro 6 e é importante que as famílias aprendam a se ajudar.

Nota 3 à Equipe de Facilitação:

caso haja pessoas com dificuldade de mobilidade, é sugerido que fiquem com o Cartão "Vou te Salvar"

Discussão:

1. Quando o jogo acabar, responda às seguintes perguntas com o grupo:

- O que vocês aprenderam sobre alcançar desejos e sonhos?
- O que fazia as famílias andarem em direção aos desejos e sonhos?

Exemplo de resposta: cumprir as regras e ter boas atitudes;

- O que surpreendeu você no jogo?
- Pensando no trabalho em equipe, o que mais você poderia fazer para ajudar sua família a alcançar desejos e sonhos? (retome as respostas dadas na primeira pergunta).

Inicie o vídeo ▶**Responsáveis ajudando com a pressão de amigas e amigos****Atividade 6.2 | 11 minutos** ⌚**Fala do vídeo3 minutos** ⌚

- Ajuda de responsáveis - furto em lojas.

Nota à Equipe de Facilitação:

Peça às crianças e adolescentes para se sentarem junto de suas/seus responsáveis.

NARRAÇÃO

É difícil ser adolescente hoje em dia. Tem o estresse da escola, de casa, a pressão das amigas e amigos. Às vezes, parece que todas as pessoas querem te influenciar a fazer algo que você não deve ou não quer. E é por isso que é difícil ser uma pessoa adulta também. As mães, pais e responsáveis querem que suas filhas e filhos cresçam saudáveis e vençam na vida.

NARRAÇÃO

As mães, pais e responsáveis sabem que as pressões que as filhas e filhos enfrentam tornam tudo muito difícil. Se preocupam com o fato das filhas e filhos se meterem em apuros ou se envolverem em coisas que realmente poderiam prejudicar.

NARRAÇÃO

Quando as crianças e adolescentes conversam com seus responsáveis sobre os problemas, e quando os responsáveis ouvem, isso ajuda a descobrir como lidar com situações difíceis, e assim todas e todos ganham.

NARRAÇÃO

Agora vamos ouvir uma adolescente que tem um problema difícil.

LÍGIA

Ei, tudo bem? Você parece chateada.

MARIA EDUARDA

Não, está tudo bem...

LÍGIA

Sabe, é bom falar, faz bem. Você está chateada desde que voltou do shopping com as amigas.

MARIA EDUARDA

Bem, se eu lhe disser, você promete não dizer nada a ninguém?

LÍGIA

Claro, você pode confiar em mim, meu amor. Eu não vou contar pra ninguém, a menos que seja preciso.

MARIA EDUARDA

Bem, foi a Samantha. A gente estava no provador de uma loja. Ela viu uma blusa, gostou, mas não tinha dinheiro pra levar. Aí ela estava pensando em colocar na mochila.

LÍGIA

(calmamente)

Mas ela levou sem pagar?

MARIA EDUARDA

Não levou. Mas, antes disso, a vendedora da loja já estava de olho em mim. Você sabe como é, né vó!? Isso aconteceu só por causa da cor da minha pele. Ela não olhou pra Samantha da mesma forma que olhou para mim. Mas, de toda forma, acabou vendendo a Samantha tentando guardar blusa na bolsa. Aí ela colocou de volta. Mas e se ela não fosse pega, né!?

LÍGIA

Essa desconfiança é uma situação bem difícil que a gente que é parda/preta acaba passando... Sinto muito, minha filha! E se acontecer de novo, o que você vai fazer?

MARIA EDUARDA

Sim, vó. Infelizmente! Mas isso é racismo! Não podemos continuar achando isso normal. Enfim... Eu acho que eu não vou mais ao shopping com ela.

LÍGIA

Mas e se outra das suas amigas ou amigos quisesse fazer a mesma coisa?

MARIA EDUARDA

Bem. Não sei o que eu faria. Eu não quero ter problemas, mas não quero que meus amigos pensem que sou medrosa. Eu sei que tem gente na escola que pega coisas sem pagar.

LÍGIA

Eu sei que é importante para você manter suas amizades. O que você acha que poderia fazer para escapar dessa situação?

MARIA EDUARDA

Bem, eu poderia perguntar antes tipo, "o que vamos fazer?", ou algo assim.

LÍGIA

Hum, pode ajudar, mas é possível que algumas furem sem planejar. Que tal lembrar o que você aprendeu sobre como lidar com a pressão das amizades?

MARIA EDUARDA

Bem, primeiro eu posso fazer perguntas e depois dar nome ao problema e aí dizer: olha, isso é ilegal. Você pode ter sérios problemas por isso.

LÍGIA

Ótimo. É verdade. Tem uma mulher que eu conheço que o filho, bem, ele não aguentava a pressão dos amigos e acabou sendo pego furtando. E como você sai dessa situação?

MARIA EDUARDA

E aí eu poderia sugerir algo como: vamos comer alguma coisa?

LÍGIA

Mas, e se elas não forem com você?

MARIA EDUARDA

Bem, aí eu digo que preciso ir embora e falo que elas podem vir depois, se mudarem de ideia.

LÍGIA

Você lida muito bem com essa coisa de pressão! Quer ver como funciona? Eu vou ser sua amiga, e vamos estar juntas no provador. E tem uma camiseta muito cara que não posso comprar. E eu vou simplesmente vestir por baixo da minha camisa e sair sem pagar.

MARIA EDUARDA

"Mas isso é ilegal. Você pode ser pega, vai para a delegacia e eles vão chamar seus responsáveis."

LÍGIA

"Mas eles nem sabem que eu peguei. Eles acham que só temos esses três itens."

MARIA EDUARDA

"Para com isso. Estou com fome. Coloca de volta. Vamos comer alguma coisa."

LÍGIA

"Você é tão covarde! Sempre pensa que vamos ser pegas."

MARIA EDUARDA

Bem, eu vou para a lanchonete. Se você mudar de ideia, vem comigo.

LÍGIA

Muito bom, Duda! Você se saiu muito bem! Estou muito orgulhosa de você! Você realmente sabe se sair bem quando está sendo pressionada. Você pode não conseguir evitar que suas amigas ou amigos se metam em problemas, mas pode, sem dúvida, cuidar de você mesma. Muito bem!

Discussão:



1. Debata a pergunta com o grupo

**Na cena que acabamos de assistir,
como a avó ajudou a neta?**

1 MINUTO E MEIO

Falas do vídeo4 minutos 🕒

- Ajuda das/os responsáveis – fumar maconha.

NARRAÇÃO

A avó realmente escutou sua neta sem criticar ou dar sermões. Ajudá-la a praticar os passos para lidar com a pressão das amizades facilitará na próxima vez que a Maria Eduarda estiver em uma situação semelhante.

NARRAÇÃO

Se as crianças e adolescentes não sabem o que dizer, podem acabar em problemas mesmo sem querer. E é difícil lembrar quando você está no meio da situação.

NARRAÇÃO

Por isso, quanto mais praticarem as habilidades e quanto mais pudermos ajudá-los, maior será a chance de que saibam o que fazer em uma situação difícil.

NARRAÇÃO

Outro problema é que as crianças e adolescentes podem ter uma amiga ou um amigo sugerindo que bebam álcool ou experimentem outras drogas. Vamos ver um adolescente e seus responsáveis falando sobre o que ele poderia fazer.

AMANDA

(para Daniela)

São 07h. Posso mexer no meu celular?

DANIELA

Sim, claro. Só coloca os pratos na pia antes. E hoje... não é sua vez de lavar a louça?

AMANDA

Não, é do Lucas. Eu lavei ontem.

DANIELA

Ah, está bem.

EDSON

Felipe, tenho 1 ingresso a mais para o parque no sábado. Por que você não vê se o Léo quer ir com a gente?

FELIPE abaixa a cabeça.

Não sei, acho que sim.

EDSON

Que foi? Você sempre sai com o Léo. Vocês brigaram ou algo assim?

FELIPE

Não. Ainda somos amigos. É que...

EDSON

Bem, se ainda são amigos, por que não convida ele? Vai ser um dia legal.

FELIPE

É, acho que sim...

DANIELA

Que foi, Felipe? Você não parece animado. Ele está com algum problema?

FELIPE

Problema? Não.

EDSON
O que foi, então? Qual o problema do Léo?

FELIPE
Não tem nenhum problema. É que...

EDSON
Felipe, pode falar. O que é?

FELIPE
Eu agora tenho certeza de que ele fuma maconha. E outro dia ele perguntou se eu queria ir atrás da escola fumar com ele.

EDSON
Isso é um problema, sim. Por isso que você não quer sair com ele.

FELIPE
Mas não é só ele. Muita gente está nessa, fumando hoje em dia. Não sei o que fazer. Eu não quero fazer isso, mas se não aceito o que eles sugerem, sou visto como um bobo.

DANIELA
Ah, Felipe! Seus amigos são importantes para você, eu sei. Mas, deve ter algum jeito de ter amigos e não se meter em apuros. Lembra que você aprendeu nos nossos encontros da Famílias Fortes sobre lidar com pressões das amizades? Acho que pode ajudar... Você não tinha um cartão com tudo? É, acho que está aqui. Deixa ver se acho, tá?

EDSON
Boa ideia, amor. Se você souber o que dizer antes, talvez fique mais fácil.

DANIELA
Aqui! Ele diz que você começa fazendo perguntas. Como funciona?

FELIPE
Bem, se você fizer as perguntas antes, talvez consiga sair de algumas situações, como na vez que o Léo perguntou se eu queria ir atrás da escola para fumar. Eu disse "O que vamos fazer lá?" E aí quando ele disse: "Eu tenho cigarros", eu disse: "Bem, eu já tinha marcado de falar com uma colega".

EDSON
Por isso, se você fizer as perguntas antes, você vai saber em que tipo de situação está se metendo.

DANIELA
Sim, tudo bem, mas o que acontece se você já estiver na situação? Por exemplo, você já está na casa do Léo assistindo a um filme e ele convida para fumar maconha. O que acontece, então?

FELIPE
Bem, você dá nome ao problema.

EDSON
Como assim "o problema"?

FELIPE
Bem, eu posso dizer, é ilegal. Maconha é ilegal e, além disso, a gente ainda é menor de idade. Então eu poderia dizer: "pode acontecer alguma coisa ruim com a gente".

DANIELA
Sim, você poderia dizer: "Se minha mãe ou meu pai souberem, vão me dar uma super bronca"

FELIPE
Sim. Mas, aí ele ia dizer: Não se preocupe, eles não vão saber.

DANIELA
E você pode dizer: "Você não conhece minha mãe e meu pai. Descubrem tudo!"

FELIPE
Então... depois, você tem que sugerir outra coisa pra fazer, eu poderia dizer "Por que não vamos andar de skate com o Leandro?"

EDSON
Se você o fizer pensar em outra coisa, é melhor.

DANIELA
Mas e se ele não mudar de ideia?

FELIPE
Bem, aí eu também não desisto e me mantenho decidido... Então eu diria: se mudar de ideia, estarei com o Leandro.

EDSON
E aí você vai embora.

FELIPE
É, e não devo discutir muito sobre o assunto, como se eu fosse melhor do que ele.

DANIELA
Não mesmo! Mas o que acontece se ele continuar insistindo e disser "Oh, vai lá, experimenta, vai ser muito legal, é só diversão"?

FELIPE
Eu diria: não estou a fim. Isso não é para mim.

DANIELA
Sim, mas e se ele continuar? Assim: "Vai lá, experimenta. Não tenha medo, está parecendo um covarde".

FELIPE
Diria que não sou covarde, mas que eu realmente não quero.

EDSON
Sabemos que é uma situação difícil para você, filho. E, olha, você é bom nisso, hein!? Agora vou me sentir muito mais tranquilo quando você sair com seus amigos. Você pensa em coisas realmente boas para dizer, sem ser rude, mas sem ceder também.

DANIELA
Muito bem, filho.

2. Debata a pergunta da tela em grupo.

Fala do vídeo1 minuto 🕒

Fim da atividade.

Nesta cena que acabamos de assistir,
como as pessoas responsáveis ajudaram o filho?

1 MINUTO E 30 SEGUNDOS

NARRAÇÃO

Em ambas as situações, as pessoas responsáveis poderiam ter acabado dando sermão na filha e no filho sobre os perigos de furtos em lojas ou de fumar maconha. Mas, em vez disso, ouviram e trabalharam em equipe.

NARRAÇÃO

Quando filhas, filhos e responsáveis constroem um diálogo, em vez de ficarem discutindo, tudo sai melhor.

NARRAÇÃO

Após praticarem o que dizer, as filhas e filhos se sentem mais seguros sobre o que fazer na próxima vez que estiverem em uma situação assustadora, e os responsáveis se sentem mais confiantes.

NARRAÇÃO

Quando responsáveis ouvem e ajudam, as filhas e filhos tendem a contar-lhes de novo sobre um problema.

NARRAÇÃO

E quanto melhor as pessoas responsáveis compreenderem situações específicas das filhas e filhos, como lidar com a pressão das amizades, mais poderão ajudar.

Compartilhando habilidades de recusar

Atividade 6.3 | 10 minutos 🕒 📅

1. Peça às/aos responsáveis para pegarem o Caderno de Atividades, que ficou aberto na atividade Lidando com a Pressão de Amigas e Amigos”.
2. Distribua os Cartões de Situações usados nos encontros 5 e 6 de crianças e adolescentes.
3. A pessoa responsável faz o papel de adolescente que tenta colocar outra/o adolescente em apuros, usando as situações dos cartões. A criança/adolescente pratica a resistência usando os passos de 1 a 7.
4. Acompanhe as famílias para auxiliá-las.

Compartilhando os sonhos e as expectativas de responsáveis

Atividade 6.4 | 5 minutos 🕒

Discussão:



1. Conte às crianças e adolescentes que suas/seus responsáveis escreveram uma carta com os sonhos e expectativas em relação às crianças e adolescentes sob seus cuidados.
 2. Peça que responsáveis peguem a Carta: Eu Amo Você! e leiam para suas filhas e filhos.
 3. Caso a pessoa responsável tenha dificuldade de leitura, peça à criança ou adolescente que leia a carta em voz alta para familiares.
- Obs.:** cada família trabalha separadamente. Não há necessidade de ler para todo o grupo.

Fim da atividade.

FECHANDO O CÍRCULO

..... 3 minutos 🕒 📅

1. Peça às famílias que se reúnam em um círculo com crianças/adolescentes ao lado de suas/seus responsáveis.
 2. Auxilie o grupo a encontrar a Frase de Conclusão no Caderno de Atividades e peça que cada pessoa complete:
- “Uma coisa que aprendi sobre alcançar sonhos é...”**
3. Peça às filhas e filhos para dizerem o Nosso Lema de Crianças e Adolescentes.
 4. Peça a Responsáveis que digam o Nosso Lema de Mães, Pais e Responsáveis.
 5. Peça ao grupo dizer o Nosso Lema de Famílias.

Nota à Equipe de Facilitação:

Veja se o grupo consegue dizer o lema sem olhar para o cartaz.

Frases de Conclusão

Uma coisa que aprendi sobre alcançar sonhos é...



ENCONTRO 7

Famílias

JUNTANDO TUDO

Encontro 7 de Mães, Pais e Responsáveis:
AJUDAR E SER AJUDADO

Encontro 7 de Crianças e Adolescentes:
ATINGIR NOSSOS SONHOS

Metodologia Famílias Fortes

Índice

Jogos de família
Revisão dos encontros
Avaliação dos encontros
Cerimônia de formatura
Fechando o círculo
Lanche

Materiais necessários:

- TV ou datashow (computador + projetor), caso haja vídeo ou slides;
- Caixa de som;
- Vídeo ou apresentação de slides ou cartazes de resumo da metodologia (preparado pela Equipe de Facilitação);
- Canetas (uma por pessoa, caso haja avaliação);
- Avaliação (uma por participante, caso haja);
- Certificados de Conclusão (um por família, modelo no kit);
- **Cartaz Nosso Lema - Crianças e Adolescentes;**
- **Cartaz Nosso Lema - Mães, Pais e Responsáveis;**
- **Cartaz Nosso Lema - Famílias;**
- Lanche especial.

Encontro 7 - Famílias Juntando tudo



Objetivos

As famílias irão:

- Revisar o conteúdo dos encontros;
- Demonstrar admiração.

Nota à Equipe de Facilitação:

este encontro prevê a apresentação de vídeo ou slides resumindo os conteúdos dos encontros. Este material deve ser preparado previamente, utilizando as fotos tiradas ao longo dos encontros e as sugestões contidas no guia.

Jogos de família

Atividade 7.1 | 10 minutos ⌚

1. Quando todas as pessoas participantes estiverem na sala, diga que as famílias irão brincar de um jogo chamado Siga a Liderança. Peça que façam um círculo.
2. Peça a uma pessoa para se voluntariar a sair da sala, acompanhada por alguém da Equipe de Facilitação.
3. Responsáveis e crianças/adolescentes que ficaram na sala escolhem uma liderança para fazer movimentos.
4. A liderança começa a fazer um movimento (bater palma, saltar, coçar a cabeça ou tocar os joelhos.) e todas/os do grupo a imitam. Repete o movimento por um tempo e, depois, muda discretamente para outro.
5. As pessoas do grupo devem mudar de movimento junto com a liderança, mas precisam de discrição, não devem ficar olhando diretamente para a pessoa nem falar seu nome ou fazer qualquer sinal que a identifique.
6. Quando o grupo tiver entendido e estiver seguindo a liderança, peça à pessoa que se voluntariou para entrar. Diga que terá três chances para descobrir quem é a liderança.
7. Caso acerte, a liderança vai para fora da sala e o jogo recomeça. Caso erre, o grupo escolhe quem vai sair da sala.

Fim da atividade.

Revisão dos encontros

Atividade 7.2 | 15 minutos 🕒

1. Diga às famílias que se sentem de forma que consigam ver a apresentação e, quando estiverem prontas, inicie.
2. Pode ser feita uma apresentação de slides, cartazes ou um vídeo. O importante é que as famílias tenham a oportunidade de relembrar as atividades de cada encontro e os momentos especiais. Utilize fotos, depoimentos, materiais permanentes dos anexos, entre outros.
3. É necessário citar todas as atividades. Para auxiliar no preparo, há um roteiro sugerido abaixo.

Roteiro sugerido

Encontro 1 – no encontro 1, nos conhecemos e responsáveis aprenderam maneiras de apoiar filhas e filhos a terem uma boa adolescência. Aprenderam também sobre a importância de mostrar amor, definir limites e apoiar desejos e sonhos de filhas e filhos. Crianças e adolescentes fizeram o Mapa dos Sonhos e falaram sobre desejos e sonhos para o futuro e como atingir objetivos.

Em seguida, responsáveis se posicionaram ao lado do Mapa dos Sonhos. Crianças e adolescentes falaram sobre seus mapas e responsáveis fizeram-lhes perguntas. Em seguida, filhas e filhos perguntaram o que seus responsáveis queriam ser quando eram mais jovens.

Encontro 2 – no encontro 2, responsáveis aprenderam o que é comum na adolescência e sobre a importância de determinarem as regras da casa. Também aprenderam a usar frases começando com *Eu* para dizer o que sentem, sem gritar ou culpar.

Ao mesmo tempo em que responsáveis aprendiam a entender crianças e adolescentes, estas/estes aprendiam sobre suas/seus responsáveis. Compreenderam que adultos são humanos também, com suas próprias preocupações e momentos de estresse.

Pensaram nos presentes que ganhavam de suas/seus responsáveis como recompensas e sobre como fazer coisas especiais juntos. No encontro das famí-

Nota à Equipe de Facilitação:

a apresentação não deve ter mais de 15 minutos.

lias, filhas, filhos e responsáveis falaram sobre suas qualidades, bem como as das avós, avôs e de toda a família. Usaram a criatividade e fizeram as próprias árvores familiares.

Encontro 3 – responsáveis compreenderam o valor de perceber o que crianças e adolescentes fazem corretamente. E, ainda, a usar um sistema para que filhas e filhos se sintam encorajadas/os a adotarem bons comportamentos. Ao mesmo tempo, crianças e adolescentes aprenderam a conhecer os sinais de quando estão estressados e descobriram maneiras saudáveis de lidar com a situação. No encontro das famílias, aprenderam sobre momentos familiares e todas/os praticaram. Vocês falaram sobre recompensas que podem querer e discutiram atividades divertidas para fazer em família.

Encontro 4 – responsáveis falaram sobre como usar consequências respeitadas e razoáveis quando crianças e adolescentes têm problemas. Aprenderam que é melhor guardar grandes consequências para quando as situações forem realmente graves. Crianças e adolescentes jogaram um jogo divertido que começava no Detran e passava por várias paradas até chegar à praça ou à festa de aniversário. Descobriram que quando seguem as regras e são respeitadas(os) tudo fica melhor. Também aprenderam que não são únicas (os) com regras a seguir. Responsáveis têm regras e responsabilidades também. No encontro das famílias vocês pensaram sobre valores e fizeram a marca da família para representá-los.

Encontro 5 – responsáveis aprenderam a escutar crianças e adolescentes quando têm problemas e pensaram como suas mães, pais ou responsáveis os tratavam quando jovens. Descobriram que todos os seres humanos têm quatro necessidades básicas (pertencer, divertir-se, ter confiança e independência) e que crianças e adolescentes procuram atender a essas necessidades. Responsáveis podem ajudar a satisfazer as necessidades de maneira saudável. Crianças e adolescentes assistiram a um vídeo e compreenderam alguns passos para lidar com a pressão de amigas e amigos. Praticaram as etapas com seus pares para saber o que

dizer quando alguém pressionar. No encontro familiar, crianças, adolescentes e responsáveis jogaram um jogo para ver quem eram melhores ouvintes e, em seguida, fizeram um momento de família utilizando algumas etapas para resolver um problema.

Encontro 6 – no último encontro, responsáveis aprenderam a ajudar a proteger filhas e filhos para evitar o consumo de drogas lícitas e ilícitas e como mantê-las/los envolvidos na escola. Escreveram uma carta para filhas e filhos dizendo que querem o melhor e com as regras sobre o consumo de álcool e outras drogas. Crianças e adolescentes descobriram o que dizer para uma pessoa amiga que não as/os escuta. Na prática, usaram estratégias para mantê-la longe de problemas. No encontro das famílias, crianças e adolescentes mostraram a suas/seus responsáveis o que tinham aprendido e responsáveis leram a carta. O encontro terminou com um jogo no qual as famílias tentaram chegar a seus objetivos.

Conclusão

Você pode dizer ao grupo algo como: *foi um privilégio estar com vocês nas últimas sete semanas. Esperamos que continuem a se divertir juntos em família, falar e ouvir uns aos outros e trabalhar juntos para mediar a resolução dos problemas. Estamos felizes com a troca estabelecida e saímos com a certeza de que crescemos juntos, em coletivo, contribuindo com a realidade familiar. Em X meses (falar de acordo com o tempo previsto no seu território), vamos convidar todas as pessoas participantes para uma outra etapa - os encontros de acompanhamento.*

Depois de vocês praticarem o que aprenderam, será bom rever todas as pessoas participantes, para saber como tudo está a correr. Responsáveis terão a oportunidade de conversar. Crianças e adolescentes poderão jogar mais alguns jogos e participar de atividades.

Fim da atividade.

Avaliação dos encontros

Atividade 7.3 | 20 minutos ⌚

Se a instituição/serviço se interessar em avaliar os encontros realizados do Famílias Fortes para promover aperfeiçoamento, você tem esse tempo para isso.

Se não, faça uma avaliação oral para que as pessoas tenham a oportunidade de expressar suas sugestões.

Fim da atividade.

Cerimônia de formatura

Atividade 7.4 | 10 minutos ⌚

1. Uma pessoa representante da instituição/serviço fará breves comentários sobre o valor dos encontros e da metodologia adotada.

2. Responsáveis, crianças e adolescentes fazem fila para receber um aperto de mão e o certificado.

3. O certificado pode ser elaborado de acordo com a criatividade da Equipe de Facilitação ou seguir o modelo do cartão, que consta no Kit de Materiais. Se possível, deve ser anteriormente assinado pela Equipe de Facilitação que acompanhou o grupo.

Fim da atividade.

FECHANDO O CÍRCULO

..... 5 minutos 🕒📅

1. Peça às famílias que se reúnam em um círculo.
2. Auxilie o grupo a encontrar a Frase de Conclusão no Caderno de Atividades e peça que cada pessoa complete:
"Uma coisa que aprendi nos encontros Famílias Fortes é..."
3. Peça às filhas e aos filhos para dizerem o Nosso Lema de Crianças e Adolescentes.
4. Peça aos Responsáveis que digam o Nosso Lema de Mães, Pais e Responsáveis.
5. Peça ao grupo dizer o Nosso Lema de Famílias.

Nota à Equipe de Facilitação:

Veja se o grupo consegue dizer o lema sem olhar para o cartaz.

LANCHE

..... 15 minutos 🕒

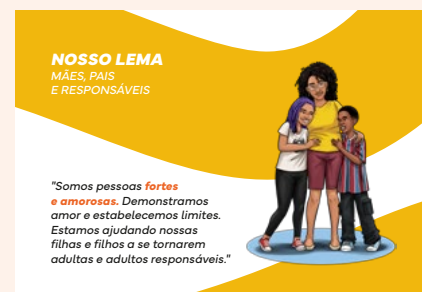
No momento oportuno, informe que o lanche está livre para consumo e aproveite para conversar informalmente com todas as/os participantes. Caso identifique pessoas isoladas, adote estratégias de aproximação.

Prepare algo especial, diferente do que foi oferecido nos encontros anteriores. Realizar um lanche em que as famílias tragam algo de casa pode ser interessante, se combinado anteriormente e caso se disponibilizem para tal.

Fim da atividade.

Frases de Conclusão

Uma coisa que aprendi nos encontros Famílias Fortes é...



ACOMPANHAMENTO 1

Famílias

LIDANDO COM O ESTRESSE JUNTAS

Acompanhamento 1 de Mães, Pais e Responsáveis:
LIDAR COM O ESTRESSE

Acompanhamento 1 de Crianças e Adolescentes:
FAZER BOAS AMIZADES

Metodologia Famílias Fortes

Índice

Estresse... Jogo de Adivinhar
Termômetro do Estresse
Bingo Aliviador do Estresse
Amizade
Fechando o círculo

Materiais necessários:

- Fita-crepe (dois rolos);
- Caderno de Atividades de Responsáveis;
- Caderno de Atividades de Crianças e Adolescentes;
- Lápis (um por pessoa);
- Sacolas de plástico pequenas (uma por família) contendo escova de cabelo, borracha, saquinho de chá, elástico de cabelo, algodão, bolsa plástica, lápis, papel de embrulho ou fita, folhagem (galho ou pedra), uma moeda, pedaço de papelão;
- Objetos pequenos, como apagador;
- **Cartaz Nosso Lema - Crianças e Adolescentes;**
- **Cartaz Nosso Lema – Responsáveis;**
- **Cartaz Nosso Lema - Famílias.**

Nota à Equipe de Facilitação:

neste momento, a equipe trabalha junta. É importante que quem não estiver na condução da atividade dê suporte para auxiliar as famílias durante todo o encontro.

Acompanhamento 1 - Famílias Lidando com o estresse juntas



Objetivos

As famílias irão:

- Identificar formas de lidar com o estresse;
- Ganhar empatia pelo estresse um do outro;
- Entender as visões de amizade de cada um.

Nota à Equipe de Facilitação:

Caso na instituição/serviço não haja os materiais propostos para o Jogo de Adivinhar podem ser escolhidos outros objetos, mantendo seus significados.

Estresse... Jogo de Adivinhar

Atividade 1.1 | 10 minutos 🕒 📅

1. Participantes se sentam em grupos familiares.
2. Diga às famílias que adivinharão quais coisas na sacola plástica representam os aliviadores de estresse da planilha que está no Caderno de Responsáveis.
3. Passe sacolas de papel com os itens abaixo (um por família), peça para abrirem o Caderno de Responsáveis e verificarem o item Ache Seu Aliviador de Estresse. Peça para anotarem suas respostas. Ajude as famílias, se necessário.
4. Após três ou quatro minutos, interrompa, leia as respostas e veja qual família acertou mais.

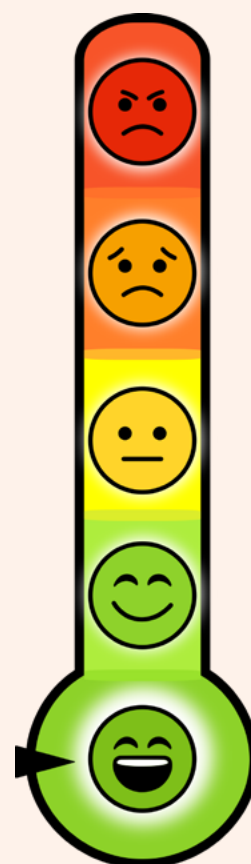
Respostas:

- Escova de cabelo: tenha momentos de autocuidado;
- Borracha: você pode recomeçar todos os dias;
- Saquinho de chá: não demore a resolver os problemas;
- Elástico de cabelo: exercite-se;
- Algodão: cuide das mágoas;
- Bolsa plástica: pense no lado bom;
- Lápis: escreva seus pensamentos em um diário;
- Papel de embrulho ou fita: veja as situações como oportunidade de crescimento;
- Folhagem, galho ou pedra: em contato com a natureza;
- Moeda: compartilhe seus pensamentos;
- Pedaco de papelão: tenha humor.

Termômetro do Estresse

Atividade 1.2 | 15 minutos 🕒 📅

1. Divida o grupo em duplas, uma pessoa responsável junto com uma criança ou adolescente. Peça para que abram o caderno de atividades na atividade 1.2
2. Diga ao grupo que as duplas de responsáveis e criança ou adolescente verão se uma pessoa adivinha quão estressante um acontecimento é para a outra pessoa. O jogo será jogado com uma dupla por vez.



3. Responsável e criança/adolescente colocarão um objeto (como por exemplo apagador de lousa) na parte do termômetro que representa quão estressante acham que a situação é.

4. A Equipe de Facilitação demonstra a atividade. Demonstração:

A pessoa responsável põe um objeto no termômetro do responsável para representar quão estressante a situação é para ele. A filha ou filho põe o objeto em seu termômetro para representar o quanto acha que a situação estressa a pessoa responsável. Compare os termômetros. Quanto maior a temperatura, maior o estresse.

5. Após a demonstração, duas pessoas da Equipe de Facilitação esticam o lençol entre os dois termômetros para que um jogadora/or não veja a/o outra/o.

6. A equipe lê um motivo de estresse das pessoas responsáveis da lista a seguir:

Motivo de estresse:

- Atrasar-se no trabalho;
- Ter que faltar a uma apresentação da filha ou filho na escola;
- Preocupar-se com a saúde das avós/avôs;
- Não ter dinheiro para as necessidades básicas;
- A chefia estar cobrando muito no trabalho;
- Preocupar-se em perder o emprego;
- Estar com muito trabalho;
- Ter filhas e filhos brigando em casa;
- Ouvir sua filha ou filho gritar com você;
- Não ter tempo para cuidar da casa.

7. Com o lençol levantado, responsável põe o objeto em seu termômetro para mostrar quão estressante seria para ele e a filha/filho põe o objeto no outro termômetro para mostrar quão estressante acha que seria para a pessoa responsável.

8. A Equipe de Facilitação abaixa o lençol para que todos vejam onde responsável e filha/filho colocaram o objeto. Depois, cada pessoa explica por que colocou o objeto naquele local (deixe o grupo dar ideias).

9. Repita as etapas 5 a 8 lendo uma situação potencialmente estressante para uma filha ou um filho (lista abaixo), com responsável adivinhando quão estressante a situação seria.

Motivos de estresse para filhas/filhos:

- Ir mal na escola;
- Melhor amiga/amigo, se mudar de cidade;
- Atrasar-se para a aula;
- Receber castigo de dois dias;
- Não poder usar o celular;
- Ter muita lição de casa;
- Não ter tênis que deseja;
- Não poder ver TV à noite;
- Ficar no banco no time de futebol;
- Ter que apresentar um trabalho na escola;
- Esquecer de fazer a lição de casa.

10. Repita o processo com outras duplas de responsáveis e filhas/filhos, se der tempo.

11. Faça as seguintes perguntas ao grupo:

- O que você aprendeu sobre o estresse de responsáveis?
- O que você aprendeu sobre o estresse de filhas/filhos?
- O que você aprendeu sobre responsáveis, filhas e filhos se entenderem?

Fim da atividade.

Bingo Aliviador do Estresse

Atividade 1.3 | 15 minutos

1. Peça para verem o “Bingo Aliviador do Estresse,” que está nos Cadernos de Atividades. Entregue lápis a todas as pessoas do grupo. Diga que essas são coisas que as pessoas fazem para aliviar o estresse.

2. Diga às pessoas que devem andar pela sala perguntando entre si o que fazem para aliviar o estresse. Por exemplo, uma criança ou adolescente pergunta a uma/um responsável qual estratégia usa para aliviar o estresse e a resposta é: ouvir música. Então, a criança/adolescente escreve o nome da pessoa responsável no quadrado ouvir música. Cada pessoa pode colocar o nome em duas estratégias.

3. Ganha o bingo quem tiver nomes nas linhas vertical, horizontal ou diagonal.

4. O jogo pode continuar, se der tempo, até que mais jogadores ganhem o bingo.

5. Peça para se sentarem em grupos familiares para descobrirem quais aliviadores do estresse do bingo têm em comum.

6. Faça a seguinte pergunta ao grupo:

- O que você aprendeu sobre responsáveis, filhas e filhos neste jogo de bingo?



Fim da atividade.

Amizade

Atividade 1.4 | 10 minutos

1. Divida as pessoas em grupos familiares.
2. Peça para filhas e filhos abrirem o Caderno de Atividades e localizarem Crianças e Adolescentes Entrevistam Responsáveis Sobre Amizade. Peça que descubram a informação de suas/seus responsáveis.
3. Peça para responsáveis abrirem seus cadernos na atividade Responsáveis Entrevistam Crianças e Adolescentes Sobre Amizade e peça que façam as perguntas dos cartões às filhas e filhos.
4. Após cinco minutos, pergunte a todo o grupo o que descobriu de suas/seus responsáveis e filhas/filhos.
 - Peça para as famílias verem o Termômetro do Estresse nos Cadernos de Atividades e a cada família para adivinhar as reações uns dos outros ao estresse (como na Atividade 1.2).
 - Se não der tempo, diga às famílias para verem a atividade em casa.

Fim da atividade.

FECHANDO O CÍRCULO

..... 5 minutos  

1. Peça às famílias que se reúnam em um círculo com crianças/adolescentes ao lado de suas/seus responsáveis.
2. Auxilie o grupo a encontrar a Frase de Conclusão no Caderno de Atividades e peça que cada pessoa complete:
“Uma estratégia que eu uso para aliviar o estresse é...”
3. Peça para filhas/os dizerem o Nosso Lema de Crianças e Adolescentes.
4. Peça para os responsáveis dizerem o Nosso Lema de Mães, Pais e Responsáveis
5. Peça para o grupo dizer o Nosso Lema de Famílias.

Nota à Equipe de Facilitação:

Veja se o grupo consegue dizer o lema sem olhar para o cartaz.

Frases de Conclusão

“Uma estratégia que eu uso para aliviar o estresse é...”



ACOMPANHAMENTO 2

Famílias

OUVIR ENTRE SI

Acompanhamento 2 de Mães, Pais e Responsáveis:
COMUNICAR QUANDO NÃO CONCORDA

Acompanhamento 2 de Crianças e Adolescentes:
LIDAR COM CONFLITOS

Metodologia Famílias Fortes

Índice

Jogo Siga a Liderança

Pontos de vista

Entendendo pontos de vista

Usando o que aprendemos

Fechando o círculo

Materiais necessários:

- Lápis e borracha (um/uma por pessoa);
- Folhas de papel A4 dividida em 4 partes;
- Caderno de Atividades de Mães, Pais e Responsáveis;
- Caderno de Atividades de Crianças e Adolescentes;
- **Cartaz Nosso Lema - Crianças e Adolescentes;**
- **Cartaz Nosso Lema – Responsáveis;**
- **Cartaz Nosso Lema - Famílias.**

Acompanhamento 2 - Famílias

Ouvir entre si



Objetivos

As famílias aprenderão a:

- Entender os pontos de vista de responsáveis, crianças e adolescentes em algumas questões controversas;
- Se ouvir e entender os pontos de vista.

Nota à Equipe de Facilitação:

neste momento toda a equipe trabalha junta. É importante que quem não esteja na condução da atividade fique de suporte para auxiliar as famílias durante todo o encontro.

JOGO SIGA A LIDERANÇA

..... 8 minutos ⌚

1. Peça ao grupo para formar um círculo em pé.
2. Escolha uma pessoa para virar de costas para o círculo, enquanto o grupo silenciosamente escolhe uma liderança, que inicia qualquer movimento (por exemplo, pular, bater palma, remexer-se). Todas as pessoas seguem as ações.
3. Depois de o movimento ser feito por todas as pessoas participantes, a pessoa escolhida se vira, vai para o meio do círculo e tenta adivinhar quem está na liderança. O grupo pode combinar de dar três chances para o acerto.
4. A liderança muda o movimento a cada 20/30 segundos.
5. Quando a pessoa escolhida adivinhar quem é a liderança, esta então se torna a pessoa escolhida e o jogo continua. Se após as três chances a pessoa escolhida não adivinhar, o grupo escolhe outra pessoa e continua o jogo.

Obs.: a Equipe de Facilitação deve estar atenta para não ultrapassar o tempo, pois se houver atraso as outras atividades serão prejudicadas.

Pontos de vista

Atividade 2.1 | 20 minutos ⌚

1. Explique a todas as pessoas participantes que começarão a atividade em grupos separados, para uma breve troca de ideias.
2. Cada grupo decidirá sobre os pontos de vista de filhas/filhos ou responsáveis em vários tópicos. Depois, filhas/filhos e responsáveis mostrarão o que cada grupo pensou.
3. Etapa 1: a pessoa facilitadora que ficará com o grupo de filhas/filhos debaterá sobre os seguintes tópicos (tempo de cinco minutos):
 - Que horas deve estar em casa no fim de semana;
 - Que horas deve dormir durante a semana;
 - Quantas tarefas da casa para fazer;
 - Por quanto tempo usar o telefone/internet;
 - Ao que assistir.

Nota à Equipe de Facilitação:

lembre-se de que esta atividade tem duas etapas, cuide para equilibrar o tempo entre elas:
 Etapa 1: grupos pensam pontos de vista;
 Etapa 2: duas rodas e troca de pontos de vista entre responsáveis e crianças/adolescentes

4. Crianças e adolescentes falarão um ponto de vista sobre cada tópico e anotarão seus pontos de vista em um pedaço de papel a ser usado para mostrar para o responsável na etapa seguinte. Para cada ponto de vista, crianças e adolescentes devem discutir suas razões.

5. A equipe de facilitação de responsáveis faz o grupo pensar nos próprios pontos de vista sobre os tópicos acima. O grupo chega a um consenso sobre cada item e cada responsável anota seu ponto de vista.

Obs.: observe se há crianças, adolescentes ou responsáveis que precisam de ajuda para escrever.

6. Etapa 2: fazer duas rodas e pedir para responsáveis arrumarem as cadeiras de modo que fiquem na parte de fora do círculo, olhando para dentro, e as filhas e os filhos na parte de dentro, olhando para responsáveis. Os círculos interno e externo devem ficar perto o suficiente para que possam conversar.

7. Cada filha/filho se senta em frente a um responsável (não a sua/seu). A Equipe de Facilitação lê um dos tópicos acima e a filha/filho compartilha o ponto de vista, enquanto responsáveis ouvem. Responsáveis compartilham seu ponto de vista enquanto filhas e filhos ouvem. Todas as pessoas participantes explicam brevemente a lógica do seu ponto de vista.

8. Quando a maioria de filhas/filhos e responsáveis já tiver falado, a Equipe de Facilitação diz troca. Então, cada filha/filho se move para a cadeira da esquerda e responsáveis ficam onde estão. A equipe lê o próximo tópico e compartilha, como antes.

9. Continue até que todos os tópicos sejam mencionados ou até ter dado o tempo da atividade (tente ao menos fazer três tópicos).

10. Pergunte às pessoas responsáveis o que aprenderam com esta atividade. Pergunte a filhas e filhos o que aprenderam com esta atividade.

Fim da atividade.

Ponto de vista crianças e adolescentes

Filhas/os deveriam poder ficar na rua até a hora que quisessem no fim de semana.

5 MINUTOS

Ponto de vista de responsáveis

Filhas/os devem chegar em casa às 22 horas no fim de semana.



Nota à Equipe de Facilitação:

depois que os pontos de vista forem ouvidos, elogie a família e passe para a próxima tarefa.

Entendendo pontos de vista

Atividade 2.2 | 10 minutos

1. Divida o grupo em três, com familiares juntos e uma pessoa da equipe de facilitação para cada grupo.

2. Em grupos, peça para cada família abrir o Caderno de Atividades de Responsáveis e Caderno de Atividades de Crianças e Adolescentes no item Entendendo Pontos de Vista. A equipe de facilitação pede a cada família para escolher um tópico da lista que pode ter causado problema em casa.

3. A equipe orienta a primeira família de seu grupo a iniciar com Ponto de Vista da Filha/o, seguindo o Entendendo Pontos de Vista. Após a fala da filha ou filho, a Equipe de Facilitação orienta a pessoa responsável para dizer a sua resposta. Depois, do Ponto de Vista da Pessoa Responsável e após a fala da pessoa responsável, peça à filha/filho para seguir com suas respostas.

Obs.: As frases de início das filhas e filhos e de responsáveis e as frases de respostas estão no Caderno de Atividades de Responsáveis e de Crianças e Adolescentes, além de orientações sobre como fazer esta parte da atividade.

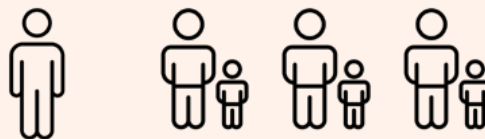
4. Depois que cada família escolher um tópico, peça que compartilhe os pontos de vista e se ouçam ativamente. Outras famílias ouvem enquanto cada responsável e filha/filho compartilham seus pontos de vista.

Nota à Equipe de Facilitação:

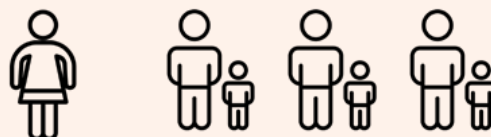
ofereça ajuda se for preciso, mas não para que responsáveis e filhas/filhos resolvam a situação. Esta é uma atividade para se ouvirem e perceberem que, para a mesma situação, cada pessoa tem seu ponto de vista. Cuide para que as famílias não queiram debater e resolver a questão.

Fim da atividade.

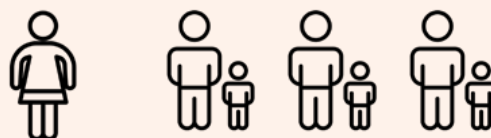
GRUPO 1 – Uma pessoa da Equipe de Facilitação com três a quatro famílias.



GRUPO 2 – Uma pessoa da Equipe de Facilitação com três a quatro famílias.



GRUPO 3 – Uma pessoa da Equipe de Facilitação com três a quatro famílias.



Ponto de vista das filhas e filhos

Eu acho que eu poderia ficar acordada/o até mais tarde, agora que eu tenho 13 anos.

Ponto de vista de responsáveis

Eu acho que você deveria dormir às 21 horas, porque não consegue acordar de manhã.

Filha/filho

Sei que seu ponto de vista é de que eu tenha dificuldade para acordar de manhã.

Usando o que aprendemos

Atividade 2.3 | 15 minutos

1. Cada família trabalha em conjunto nesta atividade.

2. Peça para abrirem seus cadernos no item “Usando o que aprendemos” e diga às pessoas que responderão às perguntas em família. Leia a lista e as perguntas e peça para conversarem sobre cada pergunta.

- Que coisas estamos fazendo muito bem como família em casa?
- Quais problemas temos para resolver?
- Quais ferramentas poderíamos usar?
- O que nossa família aprendeu a fazer melhor participando da Famílias Fortes?

Nota à Equipe de Facilitação:

cada membro da família deve responder à última pergunta para dividir no fechamento do círculo.

3. A Equipe de Facilitação deve se sentar com as famílias e oferecer ajuda, se necessário.

Se tiver tempo: em grupo, faça algumas famílias dividirem um problema e falarem sobre quais ferramentas podem usar em casa para buscar a solução.

Fim da atividade.

FECHANDO O CÍRCULO

..... 3 minutos 🕒 📅

1. Peça às famílias que se reúnam em um círculo com crianças/adolescentes ao lado de seus/suas responsáveis.
2. Auxilie o grupo a encontrar a Frase de Conclusão no Caderno de Atividades e peça que cada pessoa complete:
“Uma coisa que nossa família faz melhor por ter participado dos encontros Famílias Fortes é...”
3. Peça para filhas/os dizerem o Nosso Lema de Crianças e Adolescentes.
4. Peça para responsáveis dizerem o Nosso Lema de Mães, Pais e Responsáveis.
5. Peça para o grupo dizer o Nosso Lema de Famílias.

Nota à Equipe de Facilitação:

Veja se o grupo consegue dizer o lema sem olhar para o cartaz.

Frases de Conclusão

Uma coisa que nossa família faz melhor por ter participado dos encontros Famílias Fortes é...



ACOMPANHAMENTO 3

Famílias

COMPREENDER OS PAPÉIS FAMILIARES

Acompanhamento 3 de Mães, Pais e Responsáveis:
REVISAR AS HABILIDADES DE AMOR E LIMITES

Acompanhamento 3 de Crianças e Adolescentes:
DAR O RECADO

Metodologia Famílias Fortes

Índice

Elogios

Discutindo as máscaras da filha e do filho

Jogo do Milhão

Discutindo os papéis familiares

Fechando o círculo

Materiais necessários:

- Balões com elogio dentro ou cartões com elogio (Encontro de Acompanhamento 3 – Crianças e Adolescentes e Mães, Pais e Responsáveis);
- Caderno de Atividades de Mães, Pais e Responsáveis
- Caderno de Atividades de Crianças e Adolescentes;
- **Cartões Papéis na Família;**
- **Cartaz Papéis na Família;**
- **Cartaz Nosso Lema - Crianças e Adolescentes;**
- **Cartaz Nosso Lema – Responsáveis;**
- **Cartaz Nosso Lema - Famílias.**

Acompanhamento 3 - Famílias

Compreender os papéis familiares



Objetivos

As famílias irão:

- Aprender a elogiar;
- Entender como os papéis na família afetam a solução dos problemas.

Elogios

Atividade 3.1 | 12 minutos ⌚

1. Divida o grupo em duas equipes com as famílias juntas.
2. Peça para cada grupo ficar em fila. Cada pessoa da fila recebe um balão, se for utilizá-los. Se não usar balão, os cartões devem estar no chão ou mesa, distante das filas.
3. A primeira pessoa de cada fila corre com seu balão para uma cadeira ou marca no chão e o estoura. A pessoa pega o papel do balão e volta para sua fila, toca a mão da primeira pessoa e vai para o fim da fila. Se não houver balão, a pessoa corre, pega um cartão de coração e volta para bater na mão da próxima pessoa da fila, que segue correndo.
4. Depois que cada equipe acabar, comemore. Cada pessoa lê em voz alta o elogio que tirou (auxilie na leitura) e o grupo deve descobrir para quem é o elogio.
5. Continue até que todos sejam elogiados.

Fim da atividade.

Discutindo as máscaras da filha e do filho

Atividade 3.2 | 8 minutos ⌚📅

1. Diga às pessoas responsáveis para tentarem identificar a máscara da filha ou filho. Diga que a parte de fora da máscara representa a forma como os outros veem a filha ou filho e que a de dentro representa como se sente.
2. Auxilie o grupo a achar a atividade “Discutindo as máscaras da filha e do filho” no Caderno de Atividades de Responsáveis e diga para fazerem a pergunta à filha ou filho após acharem a máscara certa.

Fim da atividade.

Nota à Equipe de Facilitação:

Os balões ou cartões com elogios são preparados no Encontro de Crianças e Adolescentes e de Mães, Pais e Responsáveis.

Gosto quando você faz o jantar

Obrigada/o por me levar ao jogo

Gosto de sair com você



Jogo do Milhão

Atividade 3.3 | 20 minutos ⌚

1. Selecione duas famílias (4 pessoas) para encenarem o Jogo do Milhão. Escolha pessoas que queiram e possam encenar.
2. Peça à família para se sentar no meio do grupo, dizer que recebeu um milhão de reais e precisa decidir como gastar. Diga que se a família não tiver decidido como gastar quando o tempo acabar perderá tudo.
3. Peça às pessoas que assistem para verem diferenças na forma como a família tenta resolver o problema.
4. Dê a cada pessoa da família um cartão Papel da Família, listando que papel cada membro deve fazer. Não deixe que vejam os cartões umas/uns das/os outras/os.
5. Deixe a família debater em grupo, com a Equipe de Facilitação sussurrando no ouvido sugestões de como fazer o papel de qualquer membro da família que precisar de ajuda.
6. Após 10 minutos, pare o jogo com aplausos para o grupo que encenou e faça as seguintes perguntas:
 - O que você percebeu sobre como a família decidiu gastar o dinheiro?
 - Todos os membros da família participaram da decisão?
 - Você percebeu alguém que atrasou a decisão?
 - Alguém disse ou fez algo que dificultou a decisão?
7. Mostre ao grupo o cartaz Papéis na Família e peça que leiam as características de cada papel, perguntando quem o grupo acha que fez cada parte.
8. Faça as seguintes perguntas aos que encenaram: Como foi encenar o personagem Brincalhão? O Resolutivo? O Pacificador? O Problematizador?

Fim da atividade.



Discutindo os Papéis Familiares

Atividade 3.4 | 15 minutos ⌚

1. Peça às famílias que sentem juntas e encenem uma discussão familiar sobre o que fazer no final de semana. Diga que cada família tem que planejar uma programação com R\$ 200,00, que a mãe/responsável conseguiu com um trabalho extra. As famílias olham o cartaz e cada pessoa escolhe qual papel irá fazer.

2. Depois de quatro a cinco minutos, peça às famílias para mudarem de papel e continuarem a decidir.

3. Debata estas perguntas com o grupo:

- Como foi fazer o papel que você tirou?
- O que facilitou ou dificultou a decisão?
- Foi igual ou diferente da realidade?
- Há coisas positivas que cada papel pode contribuir?
- As pessoas da sua família sempre desempenham o mesmo papel ou mudam dependendo da situação?

4. Escreva as seguintes perguntas em cartolina e peça para cada família debater:

- Quem torna a situação mais leve? (Brincalhão)
- Quem direciona e mantém o foco? (Resolutivo)
- Quem acalma a situação e concilia a família? (Pacificador)
- Quem percebe os detalhes e ajuda a família a refletir?

(Problematizador)

Fim da atividade.

FECHANDO O CÍRCULO

..... 3 minutos  

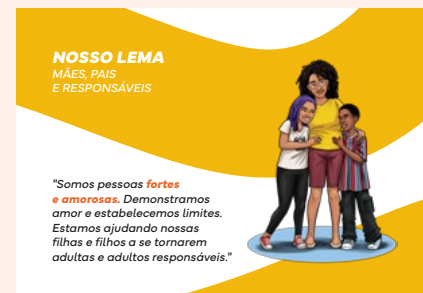
1. Peça às famílias que se reúnam em um círculo com crianças/adolescentes ao lado de seus/suas responsáveis.
2. Auxilie o grupo a encontrar a Frase de Conclusão no Caderno de Atividades e peça que cada pessoa complete:
“Trabalhar em família nos ajuda quando...”
3. Peça para filhas/os dizerem o Nosso Lema de Crianças e Adolescentes.
4. Peça para responsáveis dizerem o Nosso Lema de Mães, Pais e Responsáveis.
5. Peça para o grupo dizer o Nosso Lema de Famílias.

Nota à Equipe de Facilitação:

Veja se o grupo consegue dizer o lema sem olhar para o cartaz.

Frases de Conclusão

Trabalhar em família nos ajuda quando...



ACOMPANHAMENTO 4

Famílias

A FORÇA DA FAMÍLIA

Acompanhamento 4 de Mães, Pais e Responsáveis:

REVER COMO AJUDAR COM A PRESSÃO DAS AMIZADES

Acompanhamento 4 de Crianças e Adolescentes:

PRATICAR NOSSAS HABILIDADES

Metodologia Famílias Fortes

Índice

Aprendendo sobre a outra pessoa
Prática da pressão das amizades com responsáveis
Fortalecendo nossas famílias
Debate em família
Fechando o círculo

Materiais necessários:

- Caderno de Atividades de Responsáveis;
- Caderno de Atividades de Crianças e Adolescentes;
- **Placas (Encontro 5 – Crianças e Adolescentes;**
- **Cartaz Criando a Situação (Encontro 5 – Crianças e Adolescentes);**
- **Cartaz Formas de Fortalecer Nossas Famílias;**
- **Cartões Papéis na Família;**
- **Cartaz Papéis na Família;**
- **Cartaz Nosso Lema - Crianças e Adolescentes;**
- **Cartaz Nosso Lema – Responsáveis;**
- **Cartaz Nosso Lema - Famílias.**

Acompanhamento 4 - Famílias

A força da família



Objetivos

As famílias irão:

- Aprender sobre o que cada membro gosta ou não gosta;
- Apoiar a resistência à pressão das amizades;
- Fortalecer a família;
- Aprender a comunicar seus problemas e preocupações.

Aprendendo sobre a outra pessoa

Atividade 4.1 | 7 minutos 🕒

1. Explique ao grupo que farão uma atividade divertida para aprenderem sobre a outra pessoa.

2. Informe que você irá falar duas categorias diferentes e elas/es poderão escolher a categoria de sua preferência.

Por exemplo: Vá para o lado direito quem prefere arroz e vá para o lado esquerdo quem prefere macarrão.

3. Use as categorias a seguir:

- Gosta de acordar cedo X não gosta de acordar cedo;
- Prefere carne X frango;
- Prefere inverno X verão (peça as pessoas para retornarem para o meio da sala e conversarem sobre as suas preferências);
- Prefere funk X sertanejo (peça as pessoas para retornarem para o meio da sala e conversarem sobre as suas preferências);
- Gosta de se arrumar X não se arrumar;
- Prefere estar acompanhada/o X sozinha/o (peça as pessoas para retornarem para o meio da sala e conversarem sobre as suas preferências);
- Prefere planejar X fazer na hora;
- Decide-se facilmente X não se decide facilmente;
- Prefere esporte X descanso (peça as pessoas para retornarem para o meio da sala e conversarem sobre as suas preferências)

Discussão



4. Faça a seguinte pergunta para responsáveis:

- O que você aprendeu sobre filhas e filhos?

5. Em seguida, pergunte às filhas e aos filhos:

- O que você aprendeu sobre adultos?

Fim da atividade.

Prática da pressão das amizades com responsáveis

Atividade 4.2 | 12–15 minutos ⌚

1. Diga ao grupo que responsáveis e filhas/filhos irão praticar as etapas da Pressão das Amizades, como no Encontro 6. Responsáveis irão pressionar filhas/filhos, que seguirão todas as etapas.
2. Fixe as placas para que as filhas/os possam praticar as perguntas de acordo com as etapas.
3. Fixe o cartaz Criando a Situação e oriente que responsáveis usem essas frases no início, para que filhas e filhos possam praticar as perguntas.
4. Faça cada dupla de filha/filho e responsável para praticar com a ajuda das/dos demais participantes.

Etapas para resistir à pressão das amizades

1. Pergunte;
2. Dê nome ao problema;
3. Diga o que pode acontecer;
4. Dê outra ideia e chame para ir com você;
5. Fique tranquila/o e diga: me escuta!;
6. Repita as etapas de um a quatro;
7. Saia para fazer o que você sugeriu.

Fortalecendo Nossas Famílias

Atividade 4.3 | 15 minutos ⌚ 📅

1. Diga ao grupo que:
Todas as famílias ali são fortes e têm coisas que fazem bem juntas. São boas em dizer quando estão aborrecidas, se divertem e solucionam problemas juntas. Talvez sua família ajude avós/avôs, vizinha/os e a comunidade. Algumas têm um bom senso de humor e outras são admiráveis.

Na semana anterior falamos sobre o que vocês fazem melhor após terem participado dos encontros da Metodologia Famílias Fortes. Agora, vamos ver algo que sua família gostaria de melhorar, como por exemplo, ter mais senso de humor ou ajudar mais as pessoas.

2. Ajude o grupo a localizar no Caderno de Atividades a tarefa “Coisas que as Famílias Fazem Bem” e peça a cada família para escolher duas coisas que fazem bem e uma coisa que gostariam de melhorar. Depois, peça para pensarem em coisas que poderiam fazer para se fortalecer.

3. Em seguida peça para abrirem na página onde há Formas de Fortalecer a Família para dar-lhes ideias.

4. Inicie a atividade “Fortalecendo Nossa Família” e peça para preencherem. Ajude se for necessário.

Discussão



5. Após cinco minutos, faça um debate sobre quais qualidades as famílias querem ter e quais etapas devem cumprir.

6. Por fim, peça que compartilhem quais seriam as barreiras e como poderiam vencê-las.

Fim da atividade.

Debate em família

Atividade 4.4 | 10 minutos

1. Peça que abram no Caderno de Atividades a tarefa “Debate em Família”, para responsáveis e filhas/filhos, e oriente que se reúnam em família.

Discussão



Incentive responsáveis e filhas/filhos a conversarem, fazendo as perguntas descritas no Debate em Família e discutindo outros itens que quiserem.

- Eu gosto quando você...;
- Queria que saíssemos para...;
- Incomoda-me quando...;
- Nos encontros Famílias Fortes eu aprendi...

Fim da atividade.

Coisas que famílias fazem

- Admiram-se entre si;
- Resolvem problemas em conjunto;
- Respeitam crenças espirituais;
- Comunicam-se;
- Têm senso de humor;
- Ajudam os outros;
- Divertem-se juntas;
- Dão tempo para a outra pessoa;
- Trabalham juntas;
- Ouvem-se;
- Participam da comunidade.

FECHANDO O CÍRCULO

..... 5 minutos  

1. Peça às famílias que se reúnam em um círculo com crianças/adolescentes ao lado de seus/suas responsáveis.
2. Auxilie o grupo a encontrar a Frase de Conclusão no Caderno de Atividades e peça que cada pessoa complete:
“Uma coisa que a nossa família faz melhor por ter participado dos encontros Famílias Fortes é...”
3. Peça às filhas e aos filhos que façam um círculo interno olhando para as pessoas responsáveis do círculo externo. Oriente para girarem pelo grupo de responsáveis e incentive os grupos a se cumprimentarem e dizerem *parabéns, boa sorte, ou foi bom te conhecer*.
4. Peça para as filhas/os dizerem o Nosso Lema de Crianças e Adolescentes.
5. Peça para os responsáveis dizerem o Nosso Lema de Mães, Pais e Responsáveis.
6. Peça para o grupo dizer o Nosso Lema de Famílias.

Nota à Equipe de Facilitação:

Veja se o grupo consegue dizer o lema sem olhar para o cartaz.

Frases de Conclusão

Uma coisa que a nossa família faz melhor por ter participado dos encontros Famílias Fortes é...



