



UNIVERSIDADE  
FERNANDO  
PESSOA

## Prevenção do Consumo de Estupefacientes em Contexto Escolar

[Preventing Drug Use in Schools]

Projeto de Graduação

1º Ciclo de Estudos em Criminologia

Ana Catarina Martins Corrêa Mendes, nº 2022105576

Orientadora:

Professora Doutora Gloria Jólluskin

Junho, 2025

Ana Catarina Martins Corrêa Mendes  
2022105576@ufp.edu.pt

**Projeto de Graduação**

Universidade Fernando Pessoa  
Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

Porto, 2025

## Projeto de Graduação

---

(Ana Catarina Martins Corrêa Mendes)

Projeto de Graduação apresentado à Universidade Fernando Pessoa como parte dos requisitos para obtenção do grau de Licenciada em Criminologia, sob orientação científica da Professora Doutora Gloria Jólluskin

## Índice

Dedicatória e agradecimentos	5
Resumo e Abstract	6
Lista de Abreviaturas, Siglas, Símbolos ou Acrónimos	7
Introdução	8
Enquadramento teórico	10
Fatores de risco e de proteção dos consumos em ambiente escolar	10
Apresentação do programa	11
Avaliação de necessidades	11
Objetivos do Estudo	12
Grupo de Intervenção e Equipa do Projeto	13
Implementação do Programa na Escola	14
Metodologia	15
Método	15
Participantes	15
Instrumentos de avaliação	15
Procedimento	16
Avaliação Global do Programa	19
Avaliação do Processo	20
Avaliação dos Resultados	21
Resultados Esperados	21
Análise e Discussão	22
Conclusão	22
Referências Bibliográficas	23
Anexos	26
Anexo A: SIB	26
Anexo B: Consentimento Informado	28
Anexo C: Documento Explicativo do Projeto	28
Anexo D: Carta/E-mail de apresentação do projeto à escola	31
Anexo E: Assentimento jovens	32
Anexo F: Grelha de Observação	33
Anexo G: Fichas de Reflexão	33

## **Agradecimentos**

A quem me vê da terra e a quem me vê do Céu.

## **Resumo/Abstract**

O presente projeto pretende incidir novamente na problemática dos consumos de estupefacientes, desta vez com a aplicação dos princípios do programa *Communities That Care* (CTC), com as práticas do *Proactive Classroom Management* (PCM) e com o *Scale for Interpersonal Behaviour* (SIB), um instrumento de avaliação de competências sociais.

O objetivo é compreender os fatores de risco e de proteção nas comunidades onde o programa será aplicado para, por sua vez, esclarecer a importância do apoio da comunidade e, principalmente, da escola, em tornar a atitude dos jovens negativa face ao consumo de estupefacientes, trabalhando as competências sociais a determinar, consoante o resultado do SIB. Como este é um instrumento preenchido individualmente, permite ter um melhor entendimento sobre a realidade de cada jovem e agir de acordo com tal.

This project intends to focus once again on the problem of drug use, this time by applying the principles of the *Communities That Care* (CTC) programme, the practices of *Proactive Classroom Management* (PCM) and the *Scale for Interpersonal Behaviour* (SIB), a social skills assessment tool.

The aim is to understand the risk and protective factors in the communities where the programme will be implemented in order to clarify the importance of community support, and especially that of the school, in making young people's attitude towards drug use negative, by working on the social skills to be determined depending on the SIB result. As this is an instrument that is filled out individually, it allows us to have a better understanding of each young person's reality and to act accordingly.

## **Lista de Abreviaturas**

CTC – *Communities That Care*

PCM – *Proactive Classroom Management*

SIB – *Scale for Interpersonal Behaviour*

## 1. Introdução

Os comportamentos antissociais entre os jovens não se caracterizam apenas pelas diferentes formas de manifestação, mas sim pelas evoluções distintas a que os comportamentos estão sujeitos e se perpetuam (ou não) até à idade adulta (Negreiros, 2001), pelo que a escolha deste tema surgiu da necessidade de compreender e atuar sobre um problema real e recorrente nas instituições de ensino, visto que estas são, muitas vezes, o primeiro local onde sinais de consumo se tornam visíveis, tornando-a um ponto estratégico de intervenção (Sousa, Pinto, Sampaio, Nunes, Baptista, Marques, 2007) a este problema de saúde pública (Serviço Nacional de Saúde, 2019). Além disso, é essencial discutir formas de promover a saúde e o bem-estar dos jovens e torná-los indivíduos informados e conscientes das suas decisões, bem como do impacto que as mesmas têm no seu futuro (Luengo Martín, Romero Tamames, Gómez Fragüela, Guerra López & Lence Pereiro, 1999). Ainda segundo Luengo et. al (1999), trata-se, assim de educar os jovens a viver num mundo em que sempre irão existir substâncias suscetíveis de criar dependência.

A prevenção do crime oferece oportunidades para uma abordagem mais humana e com melhor custo-benefício dos problemas do crime (UNODOC, 2010). Ainda segundo UNODOC (2010), existem evidências científicas bastante claras que demonstram a eficácia da prevenção do crime conseguidas com estratégias bem programadas, que contribuem para a segurança da comunidade.

Para conseguir informar os jovens e tornar negativa a sua atitude perante os estupefacientes, optou-se por aplicar os princípios do programa *Communities That Care* (CTC), com as práticas do *Proactive Classroom Management* (PCM), com a utilização do *Scale for Interpersonal Behaviour* (SIB).

O programa *Communities That Care* (CTC) visa o desenvolvimento saudável das crianças e dos jovens a longo prazo, de forma a prevenir problemas sociais e de saúde, através de ações na comunidade. Pretende-se identificar e compreender as necessidades dentro dessa comunidade, para aplicar medidas de acordo com as mesmas.

As abordagens baseadas no conceito de aprendizagem interativa ou cooperativa e no desenvolvimento de competências têm sido aplicadas em meio escolar com resultados relevantes (Negreiros, 2001), por isso, o *Proactive Classroom Management* (PCM) foi escolhido por ser uma abordagem voltada para prevenir problemas de comportamento, promovendo um ambiente positivo, organizado e seguro para a aprendizagem e auxiliar

o desenvolvimento das competências sociais. Trata-se, assim, de um conjunto de estratégias e técnicas preventivas que pretende estabelecer um ambiente e reforço positivos, ao criar uma atmosfera de respeito, apoio e encorajamento com elogios e incentivos; com monitorização contínua e consistência, observando-se constantemente a sala de aula para intervir precocemente em possíveis problemas; e, por fim, com um relacionamento de confiança e respeito com os alunos para aumentar o engajamento e a cooperação (Negreiros, 2001).

Já o SIB, a razão da sua utilização prende-se com o facto de este ser uma ferramenta de avaliação da resposta assertiva afetiva e comportamental em várias situações sociais, que contribui para tornar negativa a atitude dos jovens face aos estupefacientes (Vagos & Pereira, 2010). A investigação exploratória e confirmatória da formação deste instrumento demonstrou que abrange quatro áreas sociais, em várias populações clínicas e não clínicas (Arrindell & van der Ende, 1985; Arrindell et al., 1990, cit. *in* Vagos & Pereira, 2010), coincidentes com as áreas a trabalhar neste projeto: manifestação de emoções positivas e negativas, identificação e controle de limitações pessoais, além da iniciativa em contextos sociais. É de realçar a relevância de uma avaliação abrangente da ansiedade assertiva e do comportamento assertivo, que servirão como métricas do grau de assertividade do indivíduo em diferentes situações sociais. Esses indicadores irão mostrar pessoas que possuem autoconfiança, coragem para sustentar e defender as suas crenças, os seus direitos e interesses e, também, para manifestar emoções positivas, como a necessidade de conexão e afeto por parte dos outros (Arrindell et al., 1990, cit. *in* Vagos & Pereira, 2010).

Ao juntar estas três abordagens, pretende-se não só reduzir os comportamentos de risco, mas também contribuir para o saudável desenvolvimento dos jovens, a nível socioemocional, visando obter resultados positivos a longo prazo.

## 2. Enquadramento teórico

### 2.1. Fatores de risco e de proteção dos consumos em ambiente escolar

O contexto escolar é simultaneamente um foco de riscos e uma plataforma privilegiada de proteção (Sousa et al., 2007). Com base no modelo ecológico de Bronfenbrenner<sup>1</sup>, os fatores distribuem-se por níveis (individual, familiar, par-grupo, escola e comunidade) e interagem cumulativamente. A presença de múltiplos riscos aumenta exponencialmente a probabilidade de consumo, enquanto um único fator protetor robusto, como por exemplo, a ligação à escola, pode amortecer vários riscos (Bronfenbrenner, 1994).

A nível individual, ressalta-se que as características pessoais de cada jovem têm um papel significativo no risco de iniciação ao consumo (Frontiers in Education, 2023). Segundo a mesma fonte, meta-análises e estudos longitudinais indicam que traços como impulsividade, procura de novidade (*novelty-seeking*), baixa autorregulação emocional e sintomas de ansiedade ou depressão estão fortemente correlacionados com um início mais precoce do consumo de álcool, canábis e nicotina, e, por conseguinte, estes fatores podem reduzir a capacidade de resistência à pressão social e conduzir à procura de gratificação imediata através do uso de substâncias.

Relativamente ao ambiente familiar, este representa uma das primeiras e mais duradouras fontes de influência, uma vez que a falta de supervisão parental, a presença de consumo de substâncias por parte de familiares próximos e ainda histórias de negligência ou maus-tratos durante a infância, estão fortemente associados ao aumento do risco de consumo na adolescência, o que leva a concluir que famílias com fronteiras pouco definidas e comunicação disfuncional tendem a criar contextos mais permissivos ou negligentes (Centers for Disease Control and Prevention [CDC], 2023).

As relações com os pares tornam-se altamente influentes na adolescência, pois, vários estudos demonstram que ter amigos que consomem substâncias e a presença de normas sociais favoráveis ao uso são dos preditores mais consistentes de consumo regular, devido à necessidade de aceitação social, aliada à imaturidade emocional (National Library of Medicine, 2022).

A nível escolar, pode-se falar de simultaneamente um espaço de risco e de proteção, uma vez que estudos mostram que a baixa ligação afetiva à escola, a perceção

---

<sup>1</sup> Este modelo propõe que o desenvolvimento (e o comportamento) de uma pessoa resulta da interação entre diferentes sistemas ambientais. No caso da prevenção ou risco do consumo, este modelo ajuda-nos a identificar fatores de risco e de proteção nos vários níveis do contexto em que o jovem está inserido.

de um clima escolar negativo e o baixo desempenho acadêmico estão fortemente associados ao consumo de drogas. (Frontiers in Education, 2023; CDC, 2023).

Por fim, em relação aos fatores de ordem contextual e social alargada, como a facilidade de acesso a substâncias, a existência de políticas locais permissivas e a vivência em bairros marcados pela exclusão social ou pela violência, aumentam a vulnerabilidade dos jovens ao consumo e são fatores particularmente relevantes em contextos urbanos desfavorecidos, onde a presença de venda informal nas imediações da escola é frequentemente reportada (European Union Drugs Agency [EUDA], 2024).

### **3. Apresentação do programa**

#### **3.1. Avaliação de necessidades**

A fase de avaliação de necessidades permite identificar os principais problemas e vulnerabilidades associados ao consumo de substâncias psicoativas entre adolescentes do 3.º ciclo, justificando a pertinência do projeto de intervenção (WHO, 2004).

A literatura aponta que a adolescência é a fase de maior risco para a iniciação do consumo de substâncias, nomeadamente tabaco, álcool e canábis, devido à influência dos pares, à procura de identidade e à tendência para comportamentos impulsivos (Negreiros, 2001; SICAD, 2023). Dados recentes indicam que, em Portugal, cerca de 17% dos alunos do 9.º ano já experimentaram pelo menos uma substância psicoativa ilícita, com início médio de consumo entre os 13 e os 15 anos (ESPAD, 2020).

A escolha de um modelo integrado de atuação – baseado nos referenciais *Communities That Care* (CTC), *Proactive Classroom Management* (PCM) e na *Scale for Interpersonal Behaviour* (SIB) – permite responder a estas necessidades de forma articulada, estruturada e centrada nos jovens.

No que toca ao CTC, o programa apresenta a educadores e adultos responsáveis maneiras de colaborar na criação de um programa comunitário de prevenção abrangente de forma eficaz os desafios que o consumo de drogas representa na comunidade (CTC, s.d.). Inspirado em iniciativas de prevenção comunitária já implementadas em vários países, o programa mostra como integrar a mobilização da comunidade, as abordagens educacionais, a participação voluntária e os meios de comunicação no alcance de reduções significativas dos consumos. (CTC, s.d.).

Ao propor uma análise dos fatores de risco e de proteção e o cultivo de relações interpessoais (entre a família, a escola e a sociedade), demonstra-se, em cada etapa do programa, como se diminui os fatores de risco, incluindo a *peer pressure* e torna-se, assim, uma atitude mais negativa face aos consumos (CTC, s.d.).

Em relação ao PCM, este refere-se a um conjunto de estratégias pedagógicas e organizacionais utilizadas para promover um ambiente de aprendizagem positivo, prevenindo, desde o início, a ocorrência de comportamentos disruptivos (Evertson & Weinstein, 2006). Esta abordagem distingue-se das práticas reativas tradicionais, ao enfatizar a antecipação dos problemas, a estruturação clara das rotinas e a criação de relações baseadas no respeito mútuo (Evertson & Weinstein, 2006).

Ainda segundo Evertson e Weinstein (2006), o PCM assenta em três componentes essenciais:

- i. A organização e a estruturação do ambiente, que inclui a disposição do espaço, regras comportamentais claras e expectativas partilhadas, que ajudam a criar previsibilidade e segurança para os alunos;
- ii. O estabelecimento de relações positivas, uma vez que a relação entre docente e aluno é fundamental, sendo os primeiros, inclusive, descritos como “*warm demanders*” (exigentes, mas afetuosos), conseguindo criar um ambiente de exigência e, ao mesmo tempo, de apoio;
- iii. A promoção de comportamentos adequados, em que, através do reforço positivo, do reconhecimento do bom comportamento e da monitorização constante e discreta, o docente promove a disciplina e o envolvimento dos alunos.

Estudos longitudinais demonstram que ambientes escolares estruturados e previsíveis — nos quais os alunos conhecem as regras, sentem-se valorizados e sabem o que se espera deles — contribuem para melhor rendimento académico, menos conflitos interpessoais e maior desenvolvimento socioemocional (Simonsen et al., 2008; Reupert & Woodcock, 2010).

#### **4. Objetivos do Estudo**

O projeto foca-se em desenvolver quatro componentes nos jovens, sendo elas a componente informativa, a dos sentimentos, da tomada de decisão e das competências sociais, pois já mostraram serem pontos cruciais para a dissuasão ao consumo de estupefacientes (Negreiros, 2001), e cujo objetivo primordial é tornar negativa a atitude

perante as substâncias psicoativas e estupefacientes. Assim sendo, passa-se a enumerar os objetivos específicos de cada:

- i. Até ao final do segundo mês de intervenção, 90% dos jovens participantes deverão ser capazes de identificar corretamente pelo menos três efeitos negativos do consumo de substâncias psicoativas, distinguir os conceitos de hábito e estilo de vida saudáveis e apontar, pelo menos, duas influências sociais que conduzem ao consumo, demonstrando também uma atitude mais negativa face às drogas em questionários de avaliação;
- ii. No prazo de três meses, os jovens deverão ser capazes de identificar e nomear corretamente pelo menos cinco emoções diferentes, distinguir sentimentos de comportamentos em pelo menos 80% dos casos apresentados, e reconhecer, em atividades práticas, como as emoções influenciam decisões e ações próprias e alheias, demonstrando maior empatia e autorregulação emocional;
- iii. Ao final de quatro meses, 85% dos jovens deverão ser capazes de aplicar uma estratégia de resolução de problemas em simulações, incluindo: definir um problema, listar possíveis soluções, avaliar consequências de cada uma e escolher a mais adequada, reconhecendo também pelo menos duas fontes de pressão externa que afetam suas decisões pessoais;
- iv. Durante o ano letivo (duração do projeto), os jovens deverão demonstrar melhorias observáveis em pelo menos três competências sociais (como escuta ativa, assertividade e cooperação), em atividades de grupo e dinâmicas simuladas, com redução de comportamentos de risco em pelo menos 60% dos participantes, conforme relatado por observadores externos (ex. professores ou técnicos).

## **5. Grupo de Intervenção e Equipa do Projeto**

O presente projeto de intervenção será desenvolvido na Escola Secundária da Baixa da Banheira, em três turmas do 2º e 3º ciclos, com alunos dos 13 aos 17 anos.

O motivo pelo qual se optou por esta escola baseia-se em vários indicadores preocupantes de insucesso escolar e no ranking das escolas (em que a escola visada ficou em último lugar). Entre os indicadores, nomeiam-se alguns: uma média de exames nacionais de apenas 6,9 valores, a mais baixa do país (Público, 2024); cerca de 40% de reprovação dos alunos, em que 2% apenas têm um percurso escolar sem retenções (Diário

de Notícias, 2024); no 3.º ciclo, apenas 26,7% concluem o ano sem reprovações (Observador, 2024).

Além disso, vale frisar que a escola está inserida num contexto socioeconómico muito desfavorecido, com escasso acesso a recursos educativos (Público, 2024). Estes dados reforçam a pertinência de uma intervenção preventiva focada na promoção de competências sociais e comportamentos saudáveis.

Os critérios de seleção seriam o consentimento informado, assinado pelos pais/encarregados de educação e pelos alunos (caso não quisessem participar). A escola teria conhecimento do projeto através de um email, com um pedido de reunião no primeiro dia de aulas, para se poder abordar pais, professores e diretores de turma das turmas visadas, de modo que os pais/encarregados de educação tivessem tempo de assinar o consentimento informado e todos pudessem esclarecer dúvidas.

O projeto seria desenvolvido por dois criminólogos, numa estreita ligação com professores destacados pelas turmas, por forma a ter uma ligação segura entre a equipa do projeto e os alunos, uma vez que os professores já deverão conhecer os alunos em questão.

## **6. Implementação do Programa na Escola**

O programa teria início no primeiro período, primeiramente através do recrutamento de jovens para o processo, cativando a sua atenção através de conversas informais no recreio, ao longo de uma semana. Em ambiente de sala de aula, aplicar-se-ia o SIB e seria feita 1 sessão por semana, com a duração de 60 minutos, resultando em 8 sessões, no espaço de 9 semanas). No final, aplicar-se-ia novamente o SIB para perceber se houve evolução dos alunos. Ao longo do primeiro período, seria aplicado o PCM, para complementar os resultados das sessões.

No final do projeto, as sessões seriam analisadas através das notas retiradas dos diários de bordo dos criminólogos, de modo a perceber se houve uma diminuição dos fatores de risco, no caso, se a atitude dos jovens face aos consumos se tornou mais negativa em comparação a antes do projeto ser implementado; serão também analisadas as fichas de reflexão dos jovens, de modo a entender a evolução do pensamento dos mesmos ao longo das sessões; as grelhas de observação seriam individualizadas, de modo a perceber de forma mais específica as competências sociais melhoradas ou por melhorar nos jovens visados.

## **7. Metodologia**

### **7.1. Método**

Serão utilizadas três estratégias de análise de dados, nomeadamente:

- i. Análise qualitativa de conteúdo, feita através de fichas de reflexão que serão preenchidas pelos alunos em todas as sessões, e através da organização dos conteúdos por categorias temáticas (por exemplo, a perceção do consumo, emoções associadas e formas de lidar com a pressão de grupo), permitindo identificar padrões de pensamento, atitude e mudanças ao longo do processo.
- ii. Análise descritiva de registos observacionais, que será feita através de grelhas de observação utilizadas pelos técnicos, que irão permitir descrever a frequência e evolução de competências sociais, como a escuta ativa, empatia, assertividade e cooperação. Estas grelhas serão analisadas por frequência de ocorrências e intensidade, com base numa escala previamente definida.
- iii. Síntese narrativa de resultados, com a informação recolhida através do SIB, que será interpretada qualitativamente (sem tratamento estatístico), permitindo comparar tendências gerais no grupo e identificar necessidades específicas. O diário de campo dos técnicos será usado como apoio contextual, permitindo enriquecer a análise com exemplos práticos e reflexões sobre o processo de implementação.

### **7.2. Participantes**

Participam neste projeto cerca de 60 alunos dos 2º e 3.º ciclos do ensino básico (13–17 anos), de três turmas, selecionadas em articulação com a direção, da Escola Secundária da Baixa da Banheira.

### **7.3. Instrumentos de avaliação**

Os instrumentos de avaliação utilizados serão o SIB, antes e após a aplicação do projeto, de modo a comparar as competências sociais adquiridas antes e após a aplicação do projeto.

O SIB é uma escala de autorresposta desenvolvida por Arrindell et al. (1984), com o objetivo de medir competências de assertividade e desempenho social em contextos interpessoais. É particularmente útil em contextos educativos e clínicos para avaliar o grau de dificuldade ou desconforto sentido pelo indivíduo ao interagir com os outros.

A versão original da SIB apresenta dois eixos avaliativos: a frequência de comportamentos assertivos, que avalia com que regularidade o indivíduo adota comportamentos socialmente adequados, como expressar opiniões, dizer “não”, fazer críticas ou pedir ajuda; e nível de desconforto ou dificuldade sentida: mede o grau de ansiedade ou tensão vivenciada ao realizar esses comportamentos.

Esta dupla abordagem permite distinguir entre pessoas que são naturalmente assertivas e confiantes, pessoas que evitam agir por insegurança ou desconforto social e indivíduos que agem de forma assertiva, mas com esforço emocional.

A escala completa inclui 50 situações sociais divididas por quatro fatores (expressar sentimentos negativos, recusar pedidos ou favores; iniciar interações sociais; defender direitos pessoais em situações conflituosas). Tem sido validada em diversos contextos, mostrando bons índices de fiabilidade e validade (Arrindell et al., 1990).

Os outros elementos de avaliação serão as fichas de reflexão, realizadas em todas as sessões, para perceber motivações, percepções e decisões dos jovens face aos temas abordados e para avaliar o processo; também se irão utilizar grelhas de observação, com o objetivo de fazer o registo das competências como empatia, escuta ativa e cooperação; e, por fim, o diário de campo dos técnicos, de modo a anotar percepções qualitativas do processo.

## **8. Procedimento**

As atividades planeadas dividem-se em 4 componentes: informação relativa às drogas; reconhecer os seus sentimentos e emoções; processos de tomada de decisão; e competências sociais. Inicialmente, pede-se para os jovens preencherem o SIB, para determinar quais as competências que os jovens já possuem e quais as que se devem trabalhar mais.

De seguida, é possível desenvolver atividades em três vertentes: no recreio, onde os jovens se reúnem de forma mais casual e é possível abordá-los em grupo, criando uma “roda” de conversa sobre a temática, incitando, assim, à partilha de experiências e ao aumento de confiança entre os jovens e o grupo de trabalho. Em sala de aula, o *Proactive Classroom Management*, será para dar reforço positivo e incentivar os alunos a tomarem iniciativa nas diferentes dinâmicas de sala de aula.

Em termos de sessões, planearam-se, em detalhe, as seguintes:

- i. O recrutamento teria a duração de uma semana e teria como objetivo despertar a curiosidade dos jovens para o projeto. Seriam desenvolvidas atividades durante este período, pelos criminólogos, que distribuiriam panfletos, afixariam cartazes representativos do projeto pela escola e criariam “rodas” de conversa no recreio para conhecer os jovens e dar a conhecer o projeto. Esta primeira etapa seria avaliada pelo número de pré-inscrições recolhidas por dia e pelo número de jovens que pedem mais informações acerca do projeto.
- ii. Nesta primeira sessão, dar-se-ia início ao projeto com uma dinâmica de integração chamada "Quem sou eu?", em que os criminólogos e os alunos partilhariam algo sobre si, como o nome e o respetivo *hobbie*, de forma a promover empatia e proximidade entre todos os elementos. Em seguida, apresentar-se-ia o projeto aos jovens, explicando os seus objetivos, o cronograma e as expectativas, sendo também aplicado o instrumento de avaliação inicial — o SIB (*Scale for Interpersonal Behaviour*). Para promover o envolvimento, realizar-se-ia uma atividade lúdica com uma sopa de letras contendo palavras-chave do projeto, por exemplo “droga”, “assertividade”, “responsabilidade”, “não” e “influência”. A sessão terminaria com a elaboração coletiva de um "contrato de grupo", com normas como pontualidade, assim como o preenchimento da ficha de reflexão.
- iii. Esta sessão teria como objetivo esclarecer os jovens sobre os diferentes tipos de substâncias psicoativas e combater mitos comuns. Iniciar-se-ia com um jogo de cartões em que os alunos identificariam se determinadas afirmações são verdadeiras ou falsas. Seguir-se-ia uma exposição dialogada com recurso a *slides* e, eventualmente, um *quiz* interativo (em formato Kahoot ou papel). Após a apresentação, os jovens participariam num debate orientado, onde discutiriam quais os mitos mais enraizados no seu grupo. A sessão terminaria com um resumo participativo e com o preenchimento da ficha de reflexão.
- iv. Esta sessão procuraria explorar os motivos pessoais e sociais que levariam os jovens ao consumo de substâncias. Iniciar-se-ia com um *brainstorm*, em que os jovens criariam uma nuvem de palavras sobre os motivos para o uso de substâncias. Depois, em grupos, identificariam alternativas saudáveis para cada motivo assinalado. Assistir-se-ia, de seguida, a pequenos vídeos ilustrativos de casos reais (acidentes, overdoses, testemunhos de figuras públicas), que seriam discutidos coletivamente. Por fim, cada jovem refletiria individualmente sobre a sua experiência ou conhecimento de alguém que consome, e voluntariamente

- partilha com o grupo, sublinhando fatores de risco e proteção e preencheriam a ficha de reflexão com os mesmos.
- v. Esta sessão trabalharia a pressão social e a autorregulação. Os jovens iniciariam com uma atividade de linha do tempo, identificando três decisões difíceis que já tiveram de tomar. Em pares, partilhariam decisões influenciadas pela pressão dos outros e os sentimentos associados. Realizariam depois um *roleplay* com a técnica "anjo vs diabo", em que dois colegas tentariam influenciar escolhas opostas de um terceiro. Por fim, os participantes preenchem uma ficha de autorreflexão, onde analisam as suas competências atuais e aquelas que desejam desenvolver, comprometendo-se a praticar uma delas durante a semana.
  - vi. Nesta sessão, os jovens trabalhariam competências de comunicação eficaz. A atividade inicial, "telefone sem fio", serviria para ilustrar os efeitos da má comunicação. Seguir-se-ia uma mini-aula interativa sobre empatia, escuta ativa e assertividade, diferenciando-a de agressividade. Em grupos, debateriam cinco situações e registariam as suas conclusões. Depois, participariam numa dinâmica chamada "Disco Riscado", onde praticam uma fórmula de comunicação assertiva ("Eu sinto... quando tu... e gostaria que..."). A sessão encerra com um momento de feedback, em que os colegas oferecem elogios e sugestões construtivas uns aos outros, preenchendo, no final, a ficha de reflexão.
  - vii. O objetivo desta sessão seria recriar situações de persuasão e influência de grupo, através da divisão dos participantes em três grupos (desviante, normativo e neutro), identificados por cores. Cada grupo tentaria "recrutar" colegas usando argumentos persuasivos. Em plenário, discutir-se-ia quem mudou de grupo e porquê, analisando os argumentos utilizados. A sessão terminaria com a identificação de estratégias para resistir à pressão de grupo no dia a dia e com o preenchimento da ficha de reflexão.
  - viii. Esta sessão focar-se-ia na importância de pedir ajuda. Começaria com um vídeo motivador com o testemunho de um jovem em recuperação. Realizar-se-iam dramatizações em trios, simulando uma conversa entre um jovem consumidor, um amigo e um adulto de confiança. Depois, os jovens criariam um mapa de recursos locais, identificando serviços de apoio, como centros de saúde e linhas telefónicas. Em seguida, debater-se-iam as consequências de não pedir ajuda. A sessão conclui-se com um compromisso pessoal: cada jovem escreve num post-it o nome de alguém a quem pediria ajuda, se necessário, e preencheriam a ficha de reflexão.

- ix. Na última sessão os participantes trabalhariam competências de resolução de conflitos, com a leitura dramatizada de uma história sobre um dilema entre dois amigos. Em grupos, aplicariam o método DECIDE (Definir, Enumerar, Consequências, Identificar valores, Decidir, Avaliar) às opções do dilema. Cada grupo encenaria a sua solução, seguida de feedback coletivo. Realizar-se-ia um debate sobre as emoções que surgem nos conflitos e a responsabilidade individual e grupal. A sessão terminaria com a revisão dos objetivos SMART definidos no início do projeto e o preenchimento da ficha de reflexão.

## **9. Avaliação global do programa**

A avaliação do programa será realizada pelos criminólogos responsáveis pelo projeto, no final das sessões, ao analisar todos os dados recolhidos das fichas de reflexão, das grelhas de observação, dos diários de bordo, do SIB e do feedback dos professores (se sentiram mudança nas turmas, no seu conjunto).

A análise qualitativa dos dados recolhidos ao longo do projeto permite compreender o impacto da intervenção nos jovens participantes, bem como refletir sobre aspetos a manter ou a melhorar em futuras edições.

Em relação ao número de sessões realizadas, o plano de intervenção tem potencial para ser integralmente executado, podendo estar sujeito a ligeiros ajustes na duração de algumas atividades; na manutenção da participação dos alunos, é expectável uma participação regular e consistente ao longo da intervenção; no que toca a melhorias observadas após a intervenção é expectável uma evolução significativa ao nível das competências pessoais e sociais.

Com o objetivo de aumentar o conhecimento sobre os efeitos negativos das substâncias, nas sessões 2 e 3 os jovens são avaliados através das fichas de reflexão e atividades como o *quiz*, onde se espera que identifiquem corretamente os principais riscos e influências sociais.

A dimensão emocional é explorada nas sessões 4 e 5, sendo avaliada com base na capacidade dos participantes para reconhecer emoções e refletir sobre o seu impacto nos comportamentos.

Já nas sessões 6, 7 e 8 é trabalhada a tomada de decisão e as sessões são avaliadas através de dramatizações e debates, analisando se os jovens conseguem aplicar estratégias de raciocínio moral e resistir à pressão de grupo.

## **9.1. Avaliação do Processo**

A avaliação do processo tem como finalidade acompanhar e monitorizar a forma como a intervenção foi implementada, garantindo a fidelidade ao plano original, bem como a participação e o envolvimento dos jovens nas sessões.

São considerados os seguintes critérios:

- i. Assiduidade dos participantes, que será analisada através da lista de presenças, onde constará a frequência dos alunos ao longo das oito sessões. Considera-se um indicador positivo se, pelo menos, 80% dos participantes tiverem estado presentes em seis ou mais sessões;
- ii. Participação nas atividades propostas, com a utilização da grelha de observação preenchida pelos criminólogos, onde será avaliado o nível de envolvimento dos participantes nas dinâmicas. Considera-se que a participação é satisfatória se, no mínimo, 70% dos alunos demonstrarem envolvimento ativo, interesse e cooperação ao longo das sessões;
- iii. Cumprimento do plano de intervenção, com base no diário de campo elaborado pelos criminólogos, será verificado se todas as sessões foram realizadas conforme o previsto no cronograma, sem omissões ou desvios significativos em relação aos objetivos definidos;
- iv. Qualidade percebida pelos participantes, através das fichas de reflexão preenchidas pelos jovens ao longo de todas as sessões servirão para recolher opiniões sobre a utilidade, relevância e impacto das atividades. A presença de comentários positivos, críticas construtivas e sugestões será interpretada como um sinal de envolvimento significativo e apropriação dos conteúdos.

## **9.2. Avaliação dos Resultados**

A avaliação dos resultados foca-se no impacto que a intervenção teve nos participantes, à luz dos objetivos definidos no início do projeto. A análise será qualitativa e descritiva, centrando-se nos dados recolhidos através de fichas de reflexão, observações técnicas e produtos das atividades desenvolvidas.

Os indicadores a serem considerados são os seguintes:

- i. Conhecimento sobre as consequências do consumo de substâncias: será analisado o conteúdo das fichas de reflexão das sessões 2 e 3, onde os jovens são desafiados a identificar riscos e impactos do consumo. Considera-se que houve progresso se os participantes apresentarem respostas claras, fundamentadas e críticas sobre os efeitos negativos das substâncias;
- ii. Reconhecimento e diferenciação de emoções e sentimentos: nas sessões 4 e 5, através de atividades introspectivas e observação, será avaliada a capacidade dos jovens em nomear emoções, distingui-las de comportamentos e reconhecer a influência emocional nas decisões. Espera-se que os relatos dos participantes reflitam um nível elevado de autoconsciência e desenvolvimento emocional;
- iii. Tomada de decisões conscientes perante pressão social: Através das dramatizações e debates realizados, nomeadamente nas sessões 6, 7 e 8, será observada a aplicação do modelo DECIDE ou de estratégias de pensamento crítico, como forma de lidar com dilemas morais ou sociais. A correta utilização destes métodos será um indicador de consolidação das aprendizagens;
- iv. Desenvolvimento de competências sociais: com base nas grelhas de observação e no feedback dos técnicos, será analisada a evolução dos participantes em competências como a escuta ativa, empatia, assertividade e cooperação. Considera-se atingido o objetivo se a maioria dos jovens demonstrar melhorias visíveis em pelo menos três destas competências, durante as interações em grupo.

## **10. Resultados Esperados**

É expectável que os alunos, ao estarem mais informados e sensibilizados para a realidade do fenómeno, que haja diminuição ou alívio dos fatores de risco, de modo que

o risco seja percebido de forma realista e que contribua de forma que os alunos tenham então uma atitude negativa face aos consumos.

Espera-se também verificar, comparando os questionários aplicados antes e após o projeto, que os jovens tenham adquirido e/ou melhorado as competências sociais visadas da seguinte forma: pelo menos 70% dos jovens seriam capazes de identificar três efeitos negativos do consumo e pelo menos duas formas de lidar com pressões sociais. Além disso, é expectável que 60% dos alunos demonstrem melhorias em três competências sociais registadas nas grelhas de observação e nas fichas de reflexão.

## **11. Análise e Discussão**

Ao longo do projeto, teve-se em consideração algumas dificuldades linguísticas, tendo em conta que existem muitos alunos imigrantes que ainda não dominam a língua portuguesa (Expresso, 2025), assim como alunos cujos consumos já estão enraizados na família ou fazem parte da sua cultura.

Como melhoria futura, espera poder-se enquadrar as problemáticas mencionadas e aplicar o projeto a outros casos em que o desenvolvimento de competências sociais seja crucial para o desenvolvimento dos jovens, como é o caso do preconceito e do discurso de ódio.

## **12. Conclusão**

A prevenção é o primeiro passo para se atuar nos grupos de risco (UNODOC, 2010). Estudos demonstram que os adolescentes informados têm menos probabilidade de partir para atos ilícitos (National Library of Medicine, 2022).

Ao longo deste percurso, foi possível notar que há ainda várias situações que necessitam de uma forma de atuação mais específica, como é o caso dos consumos em ambiente familiar, por motivos culturais. Além disso, também há a necessidade de se pensar noutras particularidades que se observam em consequência da globalização, tal como a língua, a multiculturalidade, tornando-se necessário dotar os jovens de assertividade para os capacitar a responder a exposição das substâncias em situações de risco.

Apostar na informação e no desenvolvimento de competências no âmbito escolar acaba por ser promissor no futuro dos jovens, uma vez que se pretende que reflitam criticamente sobre a comunidade à sua volta e sobre as próprias atitudes, emoções e sentimentos.

### 13. Referências bibliográficas

Arrindell, W. A., de Groot, P., & Walburg, J. A. (1984). The development of a short form of the Scale for Interpersonal Behaviour (SIB). *Behaviour Research and Therapy*, 22(6), 629–636. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(84\)90004-0](https://doi.org/10.1016/0005-7967(84)90004-0)

Arrindell, W. A., Sanavio, E., & Sica, C. (1990). The structure and cross-national stability of the SIB: A comparison between Italian and Dutch samples. *Personality and Individual Differences*, 11(8), 765–772.

Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. In *International Encyclopedia of Education* (2nd ed., Vol. 3). Elsevier.

Centers for Disease Control and Prevention. (2023). School connectedness and risk behaviors among high school students – YRBS 2021. [https://www.cdc.gov/healthyyouth/data/yrbs/pdf/YRBS\\_SchoolConnectedness.pdf](https://www.cdc.gov/healthyyouth/data/yrbs/pdf/YRBS_SchoolConnectedness.pdf)

Diário de Notícias. (2024, abril 3). Ranking das escolas: Secundária da Baixa da Banheira com apenas 2% de percursos diretos de sucesso.

EMCDDA. (2017). Communities That Care (CTC): A comprehensive prevention approach for communities (EMCDDA Papers). European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction. <https://doi.org/10.2810/972747>

Expresso. (2025, abril 3). Rankings das escolas: Veja o mapa interativo de todas as escolas secundárias. <https://expresso.pt/ranking-das-escolas/2024/2025-04-03-rankings-das-escolas-veja-o-mapa-interativo-de-todas-as-escolas-secundarias-87864516>

Evertson, C. M., & Weinstein, C. S. (2006). Proactive classroom management. In C. M. Evertson & C. S. Weinstein (Eds.), *Handbook of classroom management:*

*Research, practice, and contemporary issues* (pp. 57–71). Lawrence Erlbaum Associates.

[https://www.researchgate.net/publication/268336996\\_ProaCtiVe\\_Classroom\\_management](https://www.researchgate.net/publication/268336996_ProaCtiVe_Classroom_management)

Hawkins, J. D., & Catalano, R. F., Jr. (1992). *Communities that care: Action for drug abuse prevention*. Jossey-Bass. <https://psycnet.apa.org/record/1992-98370-000>

Luengo Martín, M. Á., Romero Tamames, E., Gómez Fragüela, J. A., Guerra López, A., & Lence Pereiro, M. (1999). La prevención del consumo de drogas y la conducta antisocial en la escuela: Análisis y evaluación de un programa [PDF]. Ministerio de Educación y Cultura; Ministerio de Sanidad y Consumo; Ministerio del Interior; Universidad de Santiago de Compostela.

National Library of Medicine. (2022). Peer influences on adolescent substance use: A meta-analytic review. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov>

Negreiros, J. (2001). *Delinquências juvenis* (1ª ed.). Notícias Editorial.

Observador. (2024, abril 3). Só 26,7% dos alunos do 9.º ano concluem o ano sem reprovar na Baixa da Banheira.

Público. (2024, abril 3). Ranking das escolas 2024: Baixa da Banheira em último lugar nacional com média de 6,9 valores.

Revista Foco – Interdisciplinary Studies. (2024, 16 de dezembro). Adaptação do Communities That Care: Um estudo piloto. Susana Henriques, Rachel Pereira Rabelo.

Serviço Nacional de Saúde. (2019, 2 de julho). Consumo e tráfico de droga. <https://www.sns.gov.pt/noticias/2019/07/02/consumo-e-trafico-de-droga/>

Sousa, C., Pinto, A., Sampaio, D., Nunes, C., Baptista, M., & Marques, A. (2007). *Sinais de alerta e intervenção precoce em meio escolar*. DGIDC.

UNODC. (2010). *World Drug Report*. United Nations Office on Drugs and Crime.

Wilkins, N. J., Hertz, M. F., & Ijadi-Maghsoodi, R. (2023). School connectedness and adolescent health risks: A meta-analytic review. *MMWR Supplements*, 72(1), 13–21. <https://doi.org/10.15585/mmwr.su7201a3>

## 14. Anexos

### Anexo A: SIB

---

Versão em língua portuguesa  
– Escala de Comportamento Interpessoal

---

1. Iniciar uma conversa com um estranho.
2. Dizer a uma pessoa que te interrompe quando estas a falar que isso te aborrece.
3. Contar a grupo de pessoas alguma coisa que te aconteceu.
4. Pedir a alguém para explicar uma coisa que não compreendeste
5. Dar uma opinião diferente daquela da pessoa com quem estás a falar
6. Reconhecer um elogio acerca da tua aparência pessoal.

---

(← cont.)

---

Versão em língua portuguesa  
– Escala de Comportamento Interpessoal

---

7. Dizer a um amigo ou conhecido que está a fazer algo que te aborrece.
8. Dizer a alguém que gostas dele/a.
9. Recusar um pedido feito por uma pessoa com autoridade (policia, professor, patrão...).
10. Pedir a alguém que considere o facto de que tens medo de alguma coisa.
11. Manter a tua opinião na presença de um amigo próximo que discorda de ti.
12. Admitir que estás errado.
13. Olhar para a pessoa com quem estás a falar.
14. Convidar alguém conhecido para ir contigo a um evento social (por exemplo, uma noite social – cinema, discoteca – ou uma festa).
15. Dizer a alguém que achas que ele/a te tratou injustamente.
16. Dizer a alguém que o/a estimas.
17. Recusar uma bebida, especialmente se te é oferecida repetidamente.
18. Dizer a alguém que te criticou justamente que ele/a tem razão.
19. Reconhecer um elogio sobre alguma coisa que fizeste.
20. Aceitar o convite de alguém para ir com ele/a a um evento social.
21. Iniciar uma conversa com um homem/mulher que achas atraente.
22. Recusar um pedido feito por alguém que estimas.
23. Discutir a crítica de alguém em relação a uma coisa que fizeste.

24. Dizer que aprecias a experiência de te dizerem que gostam de ti.
  25. Pedir a um conhecido que te ajude numa tarefa.
  26. Apresentar a tua opinião durante uma conversa com estranhos.
  27. Participar da conversa de um grupo de pessoas.
  28. Pedir às pessoas que te devolvam as coisas que lhes emprestaste.
  29. Convidar um conhecido para uma bebida.
  30. Aceitar uma oferta de ajuda.
  31. Recusar dar dinheiro em peditórios.
  32. Manter a tua própria opinião face a uma pessoa com uma opinião marcada.
  33. Pedir a uma pessoa que pare de fazer algo que te aborrece (por exemplo, num comboio, num restaurante ou no cinema).
  34. Protestar quando alguém passa à frente na fila.
  35. Dar a tua opinião a alguém que sabe mais sobre o assunto do que tu.
  36. Perguntar a alguém se tu o/a magoaste.
  37. Dizer que gostas que as pessoas te digam que te estimam.
  
  38. Dar a tua opinião a uma pessoa com autoridade.
  39. Recusar produtos ou serviços cuja qualidade não te satisfaz (por exemplo numa loja ou restaurante).
- 

(← cont.)

---

Versão em língua portuguesa  
– Escala de Comportamento Interpessoal

---

40. Dizer a alguém que fez alguma coisa por ti o quanto estás satisfeito com isso.
41. Conversar com alguém sobre a tua impressão de que ele/a te está a tentar evitar.
42. Pedir desculpa quando cometeste um erro.
43. Dizer a alguém que te sentes muito satisfeito com uma coisa que fizeste.
44. Explicar a tua “filosofia de vida”.
45. Aproximares-te de alguém para te apresentares.
46. Pedir a alguém que te indique o caminho.
47. Pedir a alguém que critique alguma coisa que fizeste.
48. Recusar emprestar alguma coisa a um conhecido próximo.
49. Admitir que sabes pouco sobre determinado assunto.
50. Insistir para que alguém faça a sua parte num trabalho de grupo

## Anexo B: Consentimento informado

---

### DECLARAÇÃO DE CONSENTIMENTO INFORMADO

#### *Programa Lado a Lado*

Eu, abaixo-assinado (nome completo) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_,  
responsável pelo participante no projecto (nome completo) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_, compreendi a explicação que me foi fornecida acerca da sua participação na investigação que se tenciona realizar, bem como do estudo em que será incluído. Foi-me dada oportunidade de fazer as perguntas que julguei necessárias, e de todas obtive resposta satisfatória.

Tomei conhecimento de que a informação ou explicação que me foi prestada versou os objectivos e os métodos. Além disso, foi-me afirmado que tenho o direito de recusar a todo o tempo a sua participação no estudo, sem que isso possa ter como efeito qualquer prejuízo pessoal.

Foi-me ainda assegurado que os registos em suporte papel e/ou digital (sonoro e de imagem) serão confidenciais e utilizados única e exclusivamente para o estudo em causa, sendo guardados em local seguro durante a pesquisa e destruídos após a sua conclusão.

Por isso, consinto em participar no estudo em causa.

Data: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / 20\_\_

*Assinatura do Responsável pelo participante no projecto:* \_\_\_\_\_

O Investigador responsável:

*Nome:*

*Assinatura:*

## Anexo C: Documento explicativo do projeto

### Qual é o propósito do projeto?

O presente projeto tem como principal objetivo contribuir para a prevenção do consumo de substâncias psicoativas entre adolescentes em contexto escolar. Para isso, pretende-se desenvolver um conjunto de sessões educativas e interativas que ajudem os alunos a refletir sobre os riscos associados ao consumo de drogas, a reconhecer as suas emoções, a tomar decisões conscientes e a reforçar competências sociais como a empatia, a assertividade e a cooperação.

Este projeto procura ainda criar um ambiente escolar mais positivo, onde os alunos se sintam apoiados e valorizados, promovendo comportamentos saudáveis e escolhas seguras.

#### Em que consiste a participação dos alunos?

A participação dos alunos será voluntária e decorrerá ao longo de oito sessões semanais, realizadas no contexto escolar, durante o ano letivo. Os participantes terão a oportunidade de:

- i. Realizar atividades práticas e lúdicas (ex.: dramatizações, jogos, debates);
- ii. Preencher questionários de autorreflexão e avaliação de competências sociais;
- iii. Participar em discussões orientadas sobre temas como a pressão de grupo, comunicação assertiva e estratégias de resolução de conflitos;
- iv. Refletir sobre as suas emoções, comportamentos e decisões.

Todas as atividades foram planeadas para serem educativas, respeitosas, envolventes e adaptadas à faixa etária dos alunos (13–17 anos). Os participantes serão acompanhados pelos criminólogos responsáveis pelo projeto, em articulação com a escola.

#### Termos para retirada

A participação dos alunos é voluntária.

A qualquer momento, os alunos podem desistir do projeto sem qualquer tipo de penalização ou prejuízo para a sua avaliação escolar.

Além disso, os encarregados de educação podem, igualmente, retirar o seu consentimento a qualquer altura, comunicando essa decisão à direção da escola ou à investigadora responsável.

A retirada da participação não implicará qualquer tipo de justificação.

#### Confidencialidade

Todas as informações recolhidas durante o projeto serão tratadas com estrito sigilo e anonimato.

- i. Os dados obtidos não conterão nomes nem informações que permitam identificar os alunos individualmente.
- ii. Os registos das sessões, respostas aos questionários e observações serão codificados e utilizados apenas para fins académicos.

- iii. Apenas os investigadores terão acesso aos dados, que serão guardados em formato digital com proteção por palavra-passe.
- iv. Nenhuma informação individual será divulgada publicamente.
- v. A confidencialidade é um princípio fundamental para garantir a segurança, o respeito e a dignidade de todos os participantes.

#### O que irá acontecer com os resultados obtidos?

Os resultados recolhidos ao longo do projeto serão utilizados para:

- i. Avaliar a eficácia das sessões realizadas;
- ii. Refletir sobre o impacto da intervenção no comportamento e atitudes dos jovens;

Os dados poderão também ser usados, de forma anónima e agrupada, para fins de investigação futura, apresentações académicas ou científicas. Em nenhuma situação serão reveladas informações pessoais dos participantes.

#### Fases do projeto: Avaliação de Necessidades, Implementação e Avaliação/Análise

##### Avaliação de Necessidades

Antes de iniciar as sessões, foi feita uma análise da realidade da escola e da comunidade envolvente. Foram identificados fatores de risco como o baixo desempenho académico, dificuldades socioeconómicas e vulnerabilidades sociais, bem como a necessidade de reforçar competências sociais entre os alunos.

##### Implementação

Consiste na realização das oito sessões com os alunos. Cada sessão tem um tema específico, com atividades práticas e momentos de reflexão. As sessões decorrem em espaço escolar e são dinamizadas por técnicos e pela investigadora, com o apoio da escola.

##### Avaliação e Análise

Após a implementação, será feita uma avaliação dos resultados, com base em instrumentos como:

- i. Questionários antes e depois da intervenção (SIB);
- ii. Fichas de reflexão;

iii. Grelhas de observação preenchidas pelos técnicos.

Esta fase visa compreender se houve melhorias nas atitudes, competências sociais e conhecimentos dos jovens. Os resultados serão analisados de forma descritiva e qualitativa, respeitando sempre a confidencialidade.

## **Anexo D: Carta/Email enviado à escola com apresentação do projeto**

### Qual é o propósito do projeto?

Este projeto de intervenção tem como finalidade promover a prevenção do consumo de substâncias psicoativas entre adolescentes em contexto escolar. Para isso, serão desenvolvidas estratégias centradas na educação socioemocional, no reforço das competências sociais dos alunos e na criação de atitudes negativas face ao consumo de drogas.

A intervenção baseia-se em metodologias com suporte científico, nomeadamente o programa Communities That Care (CTC), o modelo Proactive Classroom Management (PCM) e o instrumento Scale for Interpersonal Behaviour (SIB).

Pretende-se, assim, contribuir positivamente para o clima escolar, aumentar a perceção de risco face ao consumo de substâncias e fortalecer os fatores de proteção junto da população escolar.

### Em que consiste a participação dos alunos?

Os alunos participarão em oito sessões pedagógicas, de periodicidade semanal, com duração entre 60 e 75 minutos cada. As sessões decorrerão em contexto escolar (sala de aula ou recreio) e envolverão:

- i. Atividades de grupo e dinâmicas educativas;
- ii. Dramatizações, debates e jogos;
- iii. Preenchimento de instrumentos de autorreflexão;
- iv. Aplicação de um questionário no início e no final (SIB), para aferir o impacto da intervenção.

A seleção das turmas será feita em articulação com a direção e os professores responsáveis. O projeto respeitará sempre a carga horária letiva e as dinâmicas da escola, podendo ser ajustado conforme a necessidade da instituição.

### Termos para retirada

A participação dos alunos será voluntária e devidamente autorizada pelos encarregados de educação, mediante termo de consentimento informado. Os alunos, por serem menores de idade, assinarão ainda um termo de assentimento simples, adaptado à sua compreensão.

A qualquer momento, os participantes ou os respetivos responsáveis legais podem solicitar a retirada da participação, sem necessidade de justificação e sem qualquer prejuízo escolar.

### Confidencialidade

Toda a informação recolhida será tratada com rigor ético, confidencialidade e anonimato.

- i. Os dados recolhidos não permitirão a identificação individual dos alunos;
- ii. As respostas aos instrumentos serão codificadas e guardadas de forma segura;
- iii. Nenhum dado será partilhado com terceiros ou usado para fins comerciais;
- iv. A escola será informada dos resultados globais, mas não terá acesso a dados individuais.

Os investigadores comprometem-se a cumprir integralmente os princípios do Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados (RGPD) e as orientações da Comissão de Ética.

### O que irá acontecer com os resultados obtidos?

Os dados recolhidos ao longo do projeto serão usados exclusivamente para:

- i. Avaliar o impacto da intervenção junto dos alunos;
- i. Elaborar o relatório de Projeto de Graduação da proponente;
- i. Eventualmente, integrar comunicações científicas ou artigos, sempre com dados anónimos e agrupados.

A escola poderá, se assim desejar, receber um relatório síntese com os principais resultados da intervenção, bem como recomendações práticas para futuras ações preventivas.

### Fases do projeto: Avaliação de Necessidades, Implementação e Avaliação/Análise

#### Avaliação de Necessidades

Foi realizado um levantamento da realidade sociopedagógica da Escola Secundária da Baixa da Banheira, onde se identificaram fatores de risco como fraca ligação afetiva à

escola, baixo rendimento académico e vulnerabilidades sociais. Estes elementos justificam a pertinência da intervenção.

### Implementação

As oito sessões serão aplicadas com grupos de alunos do 2.º e 3.º ciclos, com atividades participativas, orientadas por uma equipa técnica composta por dois criminólogos. Todas as sessões seguem um cronograma estruturado e objetivos definidos.

### Avaliação e Análise

Serão utilizados instrumentos como o SIB, grelhas de observação e fichas de reflexão. A análise dos dados será qualitativa e descritiva, respeitando os princípios éticos. Os resultados serão discutidos em sede académica e poderão ser partilhados com a escola em formato de relatório institucional.

## **Anexo E: Assentimento jovens**

*Por favor, com cuidado, marque as opções que está de acordo:*

Eu compreendi toda a informação sobre o projeto .....

Foi-me dada a oportunidade de colocar questões sobre o projeto.....

Eu aceito fazer parte deste projeto.....

Eu compreendo que a minha participação neste projeto é voluntária, e que posso me retirar a qualquer momento, sendo que não serão realizadas questões sobre os motivos pelos quais eu não desejo mais participar no projeto. ....

Eu compreendo que os meus dados pessoais não serão revelados a outras pessoas que não façam parte da equipa de investigação deste projeto.....

Eu concordo que os dados que eu forneci serão arquivados e poderão estar à disposição de outros investigadores.....

Eu compreendo que outros investigadores possam utilizar as minhas declarações em publicações, relatórios, páginas de website e outros resultados deste projeto.....

Tendo em conta os aspetos acima mencionados, eu estou feliz em participar na aplicação do presente programa e forneço o meu consentimento aos membros da equipa do projeto para armazenar os meus dados, a fim de auxiliar, posteriormente, na análise dos mesmos.

Nome do Participante .....

Assinatura.....

Data.....

## Anexo F: Grelha de Observação

### Grelha de Observação de Competências Sociais

Esta grelha destina-se à avaliação da presença e frequência de comportamentos observáveis relacionados com competências sociais durante as sessões do projeto. Deve ser preenchida por técnicos durante ou imediatamente após a sessão.

Nome do Participante	Competência Observada	Descrição do Comportamento	Frequência (1-5)	Observações
----------------------	-----------------------	----------------------------	------------------	-------------

## Anexo G: Fichas de Reflexão

### Ficha de Reflexão Individual

Esta ficha deve ser preenchida pelo aluno ao final de determinadas sessões para refletir sobre os conhecimentos adquiridos, emoções sentidas e estratégias aprendidas.

1. Que tema(s) abordado(s) hoje te chamou(aram) mais a atenção? Porquê?
2. Consegues identificar algo novo que aprendeste na sessão de hoje?
3. Em que situação da tua vida poderias aplicar o que aprendeste?
4. Como te sentiste durante a sessão? Explica.
5. Que dificuldade(s) sentiste em participar hoje, se alguma?
6. Que sugestão(s) darias para melhorar esta sessão?