Prevenção do abuso de álcool e drogas na adolescência: uma proposta alternativa ao fornecimento de informações

JORGE NEGREIROS DE CARVALHO*

1. Introdução; 2. Descrição do programa; 3. Conclusões.

O abuso de álcool e drogas representa, para o público português, um sério problema cujas dimensões têm vindo a aumentar, de forma preocupante, nos últimos anos. Neste artigo, apresentam-se os fundamentos teóricos e as atividades de um programa alternativo de prevenção do abuso de drogas para adolescentes. O referido programa, organizado em oito sessões, procura integrar dados sobre a etologia do uso/abuso de álcool e drogas, bem como os resultados da investigação conduzida no âmbito dos modelos humanista e neobehaviorista de prevenção. Antecedendo a descrição das diferentes atividades que integram a presente intervenção preventiva, referem-se o tema principal, método(s) e objetivo(s) de cada sessão.

1. Introdução

Embora não existam estudos de âmbito nacional que permitam delinear a extensão, natureza e conseqüências do consumo de álcool na população juvenil portuguesa, investigações conduzidas em outros países junto a subpopulações específicas (p. ex., estudantes) parecem dar suporte à noção de que os níveis de consumo dessa substância, bem como os problemas relacionados com o seu uso, têm registrado um nítido aumento nos últimos anos (Harford, 1975; Maréchal, 1982).

À semelhança do que acontece com as populações adultas, o consumo excessivo de álcool e drogas nos jovens é responsável por diversos problemas relacionados como a saúde, rendimento escolar e adaptação social. O abuso de drogas na adolescência tem sido ainda tematizado no contexto de outros "comportamentos-problema", como a delinqüência (Jessor & Jessor, 1977), pelo que uma intervenção nesta área terá, eventualmente, um impacto mais geral ao nível de outros comportamentos desviantes.

Por este motivo, os esforços tendentes a identificar meios eficazes de prevenção de um consumo excessivo de álcool e drogas na adolescência poderão revestir-se de alguma importância. Esta importância decorre ainda da constatação de que o alcoolismo e outras toxicodependências constituem condições que se têm, de modo geral, revelado pouco acessíveis às abordagens de tratamento tradicionais. De

* Professor auxiliar na Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal.

fato, os programas de tratamento orientados, quer para a abstinência, quer para uma modificação dos padrões de consumo, não só parecem evidenciar uma eficácia moderada (Vaillant, 1986), como surgem associados a elevadas taxas de reincidência (Botvin, 1983).

As estratégias destinadas a controlar os diversos aspectos deste problema têm, igualmente, incluído modelos de prevenção baseados na educação sobre o álcool e drogas (Roe, 1943). Esses modelos têm consistido, largamente, em fornecer informações acerca dos efeitos físicos e psicológicos associados ao uso de álcool e outras drogas. Freqüentemente, essas abordagens incluem dados sobre farmacologia de diferentes drogas e alusões às conseqüências legais resultantes da sua utilização, e baseiam-se no pressuposto geral de que o consumo excessivo de álcool e outras drogas radica num desconhecimento dos seus riscos potenciais.

Enquanto pareça algo prematuro concluir que as intervenções centradas exclusivamente na transmissão de conhecimentos sobre o álcool e outras drogas poderão conduzir, necessariamente, a um aumento dos níveis de consumo, a simples disseminação de informações sobre essas substâncias terá, provavelmente, um limitado impacto (negativo ou positivo) nas atitudes e comportamentos relacionados com o seu uso.

Reconhecendo a ineficácia ou o limitado alcance das estratégias informativas, vários investigadores têm, recentemente, proposto a adoção de estratégias de prevenção alternativas. Embora não exista um sistema de classificação das várias estratégias de prevenção que seja consensualmente aceito, uma importante evolução que se delineou em reação às abordagens baseadas no fornecimento de informação traduziu-se na adoção de métodos orientados no sentido de promover uma mais ativa participação e envolvimento dos jovens nas atividades preventivas (Swisher et alii; Williams, 1968). Ao preconizar a adoção destes procedimentos, estas abordagens admitem, igualmente, que o uso de álcool e outras drogas deve ser conceptualizado como uma questão pessoal, indissociável dos valores e estilo de vida do indivíduo.

Compreende-se, deste modo, que as estratégias preventivas a que este modelo deu origem procurem proporcionar aos adolescentes uma oportunidade de examinar o significado e funções que o consumo de álcool desempenha nas suas vidas (Garfield & Jones, 1980). O objetivo principal desta abordagem consiste, assim, em "influenciar as atitudes e comportamentos em relação ao uso de drogas, promovendo um autoconhecimento e tomada de decisão responsável" (Garfield & Jones, 1980, p. 102). Dir-se-ia que, embora os programas de prevenção baseados nesta abordagem integrem estratégias e procedimentos bastante heterogêneos, o modelo reflete, no essencial, a importância que a dimensão humanista da psicologia (Maslow, 1968; Rogers, 1961) exerceu no domínio da educação e prevenção relativa ao álcool e às drogas.

Contrariamente às abordagens baseadas no fornecimento de informações sobre álcool e drogas, este modelo defende, deste modo, que um aumento dos conhecimentos dificilmente conduzirá a mudanças nas atitudes e nos comportamentos, a menos que os esforços sejam orientados numa direção "afetiva". Tendo em atenção os pressupostos teóricos que estão subjacentes às diferentes estratégias a que este modelo deu origem (p. ex., clarificação de valores, processo de tomada de decisão, alternativas ao uso de drogas), considerou-se que poderiam ser genericamente inscritas no âmbito de um modelo humanista de prevenção (Carvalho, 1988).

Mais recentemente, tem-se assistido à emergência de modelos de prevenção que se dirigem, especificamente, aos precursores ou antecedentes sócio-ambientais relacionados com a iniciação ao uso de álcool e drogas (p.ex., McAlister et alii, 1979; Pentz, 1983). Os programas preventivos que adotam esta orientação partilham de um elemento comum que consiste, genericamente, em familiarizar o adolescente com as principais influências sociais que podem favorecer a iniciação ao consumo de álcool e drogas.

De modo geral, trata-se de abordagens que enfatizam a necessidade de promover a aprendizagem de certas competências sociais, como a assertividade, por considerarem que a iniciação ao uso de drogas poderá ocorrer devido a uma ausência de competências sociais adequadas. Este princípio é usualmente integrado numa concepção do uso de álcool e drogas baseada na teoria da aprendizagem social (Bandura, 1977). No âmbito desta concepção, é dedicada uma atenção particular aos processos "vicariantes, simbólicos e auto-reguladores" (Evans, 1983, p. 768) que contribuem para a aquisição de hábitos de consumo de álcool e de outras drogas. Uma análise dos fundamentos teóricos em que se baseiam estas estratégias (Carvalho, 1988) permitiu inscrevê-las no âmbito de formulações neobehavioristas de prevenção do abuso de álcool e drogas.

Parece indiscutível que os fatores motivacionais, assim como as atitudes e valores face ao uso de álcool e drogas, devem, como preconizam as abordagens humanistas, ser objeto de consideração nos programas preventivos. Ao fazer depender a iniciação ao consumo de álcool de fatores emocionais e afetivos (valores, crenças, atitudes), estas abordagens têm, no entanto, minimizado a influência de certas variáveis sócio-ecológicas na iniciação e manutenção de padrões de consumo abusivos de álcool e/ou outras drogas. Contrariamente, as perspectivas neobehavioristas atribuem uma importância periférica a este tipo de fatores, sublinhando antes o impacto de certas influências sociais na iniciação do adolescente ao uso de drogas (álcool inclusive).

Quaisquer destas formulações parecem, assim, caracterizar-se pelo seu caráter linear e/ou reducionista e, embora conhecendo, de modo geral, que o uso/abuso de álcool e drogas representa um fenômeno complexo, determinado multifatorialmente, essas abordagens acabam por adotar procedimentos e técnicas predominantemente orientadas para um determinado tipo ou constelação de fatores (p.ex., individuais *versus* sociais).

Tendo em atenção estas limitações, foi elaborado um modelo alternativo de prevenção (Carvalho, 1988) o qual se situa, teoricamente, na confluência do modelo humanista e das perspectivas neobehavioristas de prevenção. No âmbito da primeira daquelas abordagens, retém-se o pressuposto geral segundo o qual a decisão de usar álcool e drogas releva de dimensões afetivas (atitudes, valores). Relativamente às perspectivas neobehavioristas, destaca-se, essencialmente, a necessidade de atender ao impacto de influências sociais específicas (p. ex., pressão do grupo de pares), na iniciação do adolescente ao consumo de álcool e drogas.

Noutra perspectiva, a presente abordagem preventiva pode ser conceptualizada como uma "forma experiencial de auto-organização" (Da Agra, 1986, p. 870), podendo os seus efeitos ter um impacto mais geral no desenvolvimento psicológico dos adolescentes. De fato, ao facilitar um controle mais adequado das experiências dos adolescentes em relação ao fenômeno do uso/abuso de álcool e drogas, a estratégia de prevenção poderá contribuir para reforçar a autonomia do adolescente em face das determinações sócio-culturais e "individuais" suscetíveis de conduzir à iniciação e/ou manutenção de padrões de consumo abusivo daquelas substâncias.

O objetivo deste artigo consistiu, assim, em descrever os objetivos e as atividades de um programa alternativo de prevenção do abuso de álcool e drogas na adolescência, elaborado com base no modelo de prevenção anteriormente enunciado.

2. Descrição do programa

Enunciam-se, em seguida, os principais objetivos, métodos e atividades das diferentes sessões deste programa "sócio-afetivo" de prevenção. O programa foi organizado em oito sessões semanais, cada uma com duração de cerca de uma hora.

A análise dos objetivos e atividades que integram as diferentes sessões poderá efetuar-se partindo da delimitação de dois componentes essenciais: a) um componente "afetivo"; b) outro componente que terá a designação genérica de "social". O componente "afetivo" visa, em termos gerais, facilitar o exame e análise das atitudes dos jovens em relação ao uso de álcool e de outras drogas. Paralelamente, o componente "social" pretende estimular uma reflexão aprofundada, centrada nos diferentes tipos de influências sociais para consumir excessivamente álcool (ou outras drogas). Com a inclusão desse componente, objetiva-se, simultaneamente, a aquisição pelo adolescente de um sistema de respostas "flexível" a essas influências e/ou "pressões" de caráter predominantemente social.

É ainda possível delinear, para cada um dos componentes mencionados, objetivos mais específicos, os quais seriam instrumentais no sentido de que os objetivos gerais associados a cada componente do programa fossem alcançados.

Assim, no que se refere ao componente "afetivo" o exame e identificação dos sistemas de atitudes e crenças dos adolescentes em relação ao álcool e drogas (objetivo geral) poderá ser obtido através da: a) compreensão do conceito de "múltiplos determinantes" do abuso do álcool e/ou drogas; b) diferenciação entre "atitudes" e "fatos" sobre o álcool e outras drogas; c) análise do modo como as atitudes e valores influenciam os comportamentos pessoais e os "estilos" de tomada de decisão; d) análise dos motivos pelos quais os jovens consomem excessivamente drogas, isto é, identificação das funções que o consumo dessas substâncias pode desempenhar nas suas vidas.

No que diz respeito ao componente "social", o objetivo geral que consiste em proceder a um exame dos diferentes tipos de influências sociais para usar álcool ou drogas será alcançado: a) mediante a identificação, definição e discussão das diversas "pressões" e/ou influências sociais para usar álcool e drogas; b) relacionando o modo de "reagir" a essas "pressões" com a forma mais ou menos "eficaz" de se comunicar com os outros; c) facilitando a compreensão dos processos interpessoais e sociais que podem conduzir a problemas com o álcool e/ou drogas; d) promovendo a aquisição de competências sociais suscetíveis de contrariar e/ou reduzir tais "pressões".

Apresenta-se, em seguida, uma descrição das sessões que integram a presente estratégia preventiva. A anteceder a descrição das diferentes atividades, será indicado, relativamente a cada sessão, o seu tema principal, método(s) e objetivo(s).

• Sessão nº 1
Assunto: fatos e "ficção" acerca do álcool e outras drogas
Método: escrita/discussão
Objetivo: identificar informações objetivas e crenças em relação ao álcool e a drogas.

A sessão inicia-se com uma breve exposição, centrada, em termos gerais, na distinção entre o conceito de "fatos" *versus* "crenças" acerca de diferentes assuntos e/ou fenômenos, salientando-se que os "fatos" dizem respeito a situações que podem ser experimental e independentemente verificadas, enquanto que as crenças resultam, essencialmente, de posições subjetivas e "pessoais".

Referem-se, ainda, alguns fatores que podem explicar a emergência de tais crenças (p.ex., a tendência para uma percepção seletiva), bem como o seu caráter predominantemente adaptativo e "integrativo" (p.ex., ajudam a estruturar uma determinada perspectiva acerca de um fenômeno ou acontecimento, contribuindo, assim, para a adaptação dos indivíduos ao seu ambiente). Os estudantes são, posteriormente, solicitados a apresentar exemplos de "fatos" e "crenças" sobre diversos temas à sua escolha.

Em seguida, procede-se à apresentação de um exercício relacionado com esta questão. É referido que o objetivo principal do exercício consiste em procurar identificar, num conjunto de frases, aquelas que exprimem conhecimentos verdadeiros ("fatos") acerca do uso de álcool e de outras substâncias e/ou as que traduzem informações falsas ("crenças"). O grupo é dividido em subgrupos e é distribuída uma lista contendo afirmações que exprimem fatos *versus* crenças acerca do álcool e drogas. Após a conclusão desta atividade, cada subgrupo enuncia as afirmações que considerou verdadeiras e/ou falsas, seguindo-se uma discussão focalizada, essencialmente, nas afirmações que deram origem a posições divergentes.

A concluir esta sessão, solicita-se aos participantes que descrevam outros exemplos de "fatos" e "crenças" acerca do álcool e drogas.

• Sessão nº 2
Assunto: atitudes e valores em relação ao álcool e drogas
Método: escrita/discussão
Objetivo: favorecer o exame e identificação de atitudes e valores em relação ao álcool e a drogas.

As atividades que compõem esta sessão destinam-se a promover a identificação e análise das atitudes dos participantes em face do álcool e drogas, bem como a discutir de que forma valores e atitudes influenciam os comportamentos e decisões em relação ao uso daquelas substâncias. Para tal, procede-se a uma exposição introdutória, visando a definição prévia de alguns conceitos fundamentais.

A sessão inicia-se, desse modo, com uma caracterização geral dos conceitos de "atitudes" e "valores". As atitudes são definidas como predisposições do indivíduo no sentido de avaliar qualquer símbolo, objeto ou aspecto do seu mundo de maneira favorável ou desfavorável. Sublinha-se, igualmente, que as atitudes são freqüentemente descritas, não só com base nesta dimensão avaliativa ou afetiva (preferências, sentimentos), mas integram, também, dimensões de natureza cognitiva (às quais descrevem o objeto da atitude, as suas características e relações com outros objetos) e comportamental (no sentido em que as atitudes representam uma variável interveniente que conduz à "ação" quando ativada).

Apresenta-se, seguidamente, uma definição geral da noção de "valores", insistindo-se, essencialmente, nas diferenças que separam este conceito do conceito de "atitude" (por exemplo, as atitudes representam um conjunto ou organização de várias crenças; inversamente, os valores englobam uma única crença, a qual se reveste de uma natureza muito específica (Rokeach). As atitudes exprimem, basicamente, uma posição favorável ou desfavorável em relação a um objeto ou situação; os "valores" "transcendem" objetos e/ou situações particulares.

Uma vez concluída esta exposição introdutória, descreve-se a atividade a realizar relacionada como o tema central da sessão. Refere-se que a atividade consiste, basicamente, em ordenar um conjunto de frases que têm a ver com o uso do álcool e drogas. Tal ordenação deve basear-se nas opiniões de cada participante sobre as diversas questões apresentadas. As escolhas são assinaladas de 1 a 5, sustentando-se não existirem respostas absolutamente verdadeiras ou falsas, já que as escolhas dependem daquilo que cada um considera verdadeiro e/ou "razoável" relativamente às diferentes situações descritas. A cada participante no programa é, assim, distribuída uma lista de afirmações, salientando-se que o exercício deve ser realizado individualmente.

Após a conclusão da atividade, cada participante enuncia o modo como ordenou as questões que foram propostas. A sessão termina com uma discussão centrada na análise e explicitação dos motivos individuais apresentados para fundamentar o padrão específico de respostas, dado por cada participante, às diferentes questões do exercício. É salientado, a concluir, que as respostas não traduzem, meramente, uma ordenação de quatro ou cinco itens referentes às várias afirmações apresentadas, refletindo, antes, atitudes e valores baseados em conhecimentos, experiências pessoais e fatores de personalidade.

• Sessão nº 3
Assunto: motivos para usar álcool e drogas
Método: escrita/discussão
Objetivo: relacionar atitudes e valores em relação ao álcool e a drogas com as necessidades individuais. Reconhecer o caráter funcional do uso de álcool e outras drogas.

O objetivo primordial desta sessão é ajudar os estudantes a reconhecer a estreita ligação entre atitudes e valores individuais em relação ao uso de substâncias psicoativas específicas e as necessidades subjacentes ao consumo dessas substâncias. Trata-se de promover a compreensão da relação entre as funções que o uso de álcool e drogas pode desempenhar na existência do indivíduo com a configuração específica de valores e atitudes que cada indivíduo defende acerca do seu uso.

Tendo presente este objetivo geral, estabelece-se uma distinção preliminar entre valores/atitudes e necessidades. Para a análise desta questão, destaca-se a noção segundo a qual as atitudes e valores constituem, em termos gerais, "representações cognitivas e transformações das necessidades" (Rokeach).

A anteceder o exame desta proposição geral, procede-se a uma clarificação do conceito de "necessidades humanas". Para tal, poderá recorrer-se a uma analogia com a noção de "energia", insistindo-se que as necessidades humanas, à semelhança das diferentes formas de energia, representam o elemento responsável pela produção de comportamentos.

Sublinha-se, por último, que as atitudes e valores são, não só a "representação cognitiva" das necesssidades individuais, como representam, ainda, exigências da própria sociedade e/ou instituições. Ou seja, tais representações constituem o resultado de forças psicológicas e sociológicas que atuam sobre o indivíduo. Do mesmo modo, as necessidades, ao serem "cognitivamente transformadas" em atitudes ou valores, passam a ser defendidas e justificadas como pessoal e socialmente desejáveis.

Apresenta-se, seguidamente, a atividade a realizar relacionada com este tema. Refere-se, em primeiro lugar, que, na nossa sociedade, é relativamente comum re-

correr-se ao uso de certas substâncias, como o café, tabaco ou álcool, numa variedade de situações. O objetivo da atividade consiste em identificar os principais motivos ou razões que podem conduzir as pessoas a utilizar essas ou outras substâncias.

Após a conclusão do exercício, cada subgrupo apresenta e discute a lista de "razões" que elaborou. Como conclusão da atividade, o orientador realça que as diferentes "razões" apresentadas correspondem a funções específicas que o uso dessas substâncias pode desempenhar na vida dos indivíduos.

• Sessão nº 4
Assunto: motivos para usar álcool e drogas
Método: escrita/discussão
Objetivo: relacionar atitudes e valores em relação ao álcool e a drogas com as necessidades e motivações subjacentes ao consumo dessas substâncias. Reconhecer o significado funcional do uso de drogas.

Nesta sessão retomam-se, de um modo aprofundado, aspectos abordados no decurso da sessão precedente. A inclusão de outra sessão, centrada na análise e discussão das funções associadas ao uso de álcool e outras drogas justifica-se amplamente se se atender à natureza e características das atividades a realizar, as quais exigem a compreensão de conceitos e noções relativamente complexas.

Foram assim selecionadas duas atividades essenciais, relacionadas com o tema geral "motivos para usar álcool e drogas".

Na primeira atividade, os participantes, após terem identificado, na sessão precedente, as "razões" para usar álcool e outras drogas devem, agora, considerar o grau em que cada uma dessas razões pode ser aplicada para explicar o consumo de álcool pelos jovens. Os "motivos" são avaliados numa "escala", constituída por cinco posições (desde raramente até freqüentemente), indicando-se, assim, a freqüência com que cada uma das "razões" previamente identificadas é suscetível de se aplicar ao uso de álcool pelos jovens. Com base na mesma "escala", solicita-se ainda aos estudantes que procedam de modo idêntico, tomando, no entanto, como referência, o consumo de álcool pelos adultos.

No termo da atividade, realizada individualmente, cada participante apresenta o modo como "ordenou" as diferentes "razões", consoante se tratava de "explicar" o consumo de álcool nos jovens ou nos adultos. Cada participante deve ainda apresentar (e procurar explicar) as principais diferenças ou semelhanças entre as "razões" para usar álcool pelos jovens e pelos adultos.

A segunda atividade baseia-se, do mesmo modo que a anterior, no exercício realizado na sessão precedente. Partindo da lista de "razões" avançadas pelos participantes, são sugeridas cinco frases, as quais condensam as "idéias-chave" apresentadas para "justificar" o consumo de bebidas alcoólicas. Cada participante deve examinar a lista de "razões" elaborada na sessão precedente e selecionar a frase, entre as cinco propostas, que na sua opinião é comum a todas ou quase todas as "razões" referidas.

No final, discute-se o significado da frase selecionada por cada participante, procurando-se, igualmente, identificar algumas das funções mais importantes que o uso de outras substâncias psicoativas (além do álcool) pode desempenhar na vida dos adolescentes. As principais funções associadas a um consumo excessivo de álcool e drogas são ainda analisadas através do confronto com diversas atividades alternativas sugeridas pelos participantes (educativas, culturais, de diversão) suscetíveis de "preencher" essas mesmas funções.

• Sessão nº 5
Assunto: influências sociais para usar álcool e outras drogas
Método: escrita/discussão
Objetivo: identificação e definição das principais influências sociais para usar álcool e drogas. Compreensão do "quando" "como" e "por que" são exercidas pressões sobre os outros para usar álcool e/ou drogas.

No início dessa sessão, o orientador refere que o comportamento individual pode ser visto como o "produto" de dois tipos fundamentais de fatores: "internos" e "externos". Os fatores "internos" têm a ver com o que habitualmente se designa por "personalidade"; enquanto que os fatores "externos" dizem respeito a certos "elementos", presentes no meio, que atuam sobre o indivíduo e que influenciam, igualmente, o seu comportamento. Muitos desses fatores "externos" são de natureza social na medida em que a sua influência se manifesta através do contato e envolvimento com outras pessoas. É através de influências sociais específicas (p.ex., família, grupo de amigos) que se estrutura e desenvolve um sistema de normas e comportamentos indispensáveis à socialização do indivíduo e ao desenvolvimento da sua identidade. Estes dois tipos de fatores podem ser utilizados tendo em vista a compreensão de certos problemas, como o consumo excessivo de álcool e outras drogas.

O orientador procede, em seguida, à apresentação da atividade relacionada com o tema principal da sessão. É salientado que o objetivo desta atividade consiste em identificar os principais tipos de "pressões" ou influências sociais que podem conduzir o jovem a consumir excessivamente álcool e/ou drogas. Sublinha-se que devem ser identificadas pressões e/ou influências "externas", devendo ainda especificar "onde" "quando" é que tais influências operam.

Os participantes são divididos em dois ou três subgrupos e é distribuída uma folha intitulada "Identificando as pressões do meio". Após a conclusão da atividade, um elemento de cada subgrupo apresenta as diferentes influências do meio para usar álcool e drogas que identificou, sumariando, em seguida, as conclusões relativas ao "momento" e "contexto" em que tais influências podem manifestar-se. Segue-se um breve período de discussão (aproximadamente 10 minutos), organizando o orientador as respostas de forma a que se possa extrair do debate havido três tipos fundamentais de influências sociais que podem favorecer um consumo excessivo de álcool, tabaco e/ou outras drogas: a) publicidade; b) "observação" dos modelos apresentados pela família; c) pressão do grupo de companheiros.

• Sessão nº 6
Assunto: influências sociais para usar álcool e drogas
Método: exposição/escrita/discussão
Objetivo: reconhecer a importância do grupo de companheiros enquanto fator crucial relacionado com a iniciação e/ou manutenção de padrões de consumo excessivo de álcool e drogas na adolescência. Relacionar os diferentes padrões de "reação" a essas influências com o modo mais ou menos "eficaz" de comunicação com os outros.

Ao iniciar esta sessão, o orientador refere a existência de situações em que se desejaria muito dizer "não" (ou em que dizer "não" era do interesse do indivíduo), mas se acaba por dizer "sim". É indicado que esta sessão será ocupada, essencialmente, com a identificação de algumas dessas situações e com a análise das razões pelas quais se reage, freqüentemente, desta forma.

De modo geral, poder-se-ão caracterizar tais situações como de "persuasão",

na medida em que alguém exerce sobre outrem uma "pressão" para realizar um determinado comportamento. Muito daquilo que os jovens gostam ou fazem é uma conseqüência da "pressão" do grupo de amigos. Neste ponto da sessão, o orientador solicita ao grupo uma definição desta noção.

Após a apresentação das diferentes definições sugeridas pelos estudantes, o grupo é dividido em subgrupos. Cada subgrupo deverá descrever, por escrito, duas situações em que tentou persuadir um amigo a fazer algo. A situação deve ser descrita no seu conjunto, mas, mais importante, deve ser especificado o que foi feito para exercer essa "pressão", por que foi feito, e se teve ou não sucesso. As situações descritas pelos vários subgrupos são, posteriormente, exploradas em grande grupo.

Após a discussão, o grupo é de novo dividido em subgrupos, os quais devem, agora, elaborar uma lista de motivos pelos quais se é, freqüentemente, induzido a dizer "sim" quando gostaríamos de dizer "não". As razões apresentadas pelos adolescentes são, posteriormente, analisadas em grande grupo e sumarizadas pelo orientador.

A última atividade desta sessão inclui uma discussão, em grande grupo, centrada nas razões que alguém poderá ter no sentido de exercer sobre outras pessoas uma pressão para: a) fumar; b) beber excessivamente; c) usar outras drogas.

Ao finalizar, o orientador refere que a forma particular como se reage a situações específicas de persuasão depende, não só dos fatores anteriormente identificados, como das próprias características de que se reveste a nossa comunicação com os outros. É ainda salientado que, em sessões ulteriores, se procederá a uma análise dos meios mais efetivos de se comunicar.

• Sessão nº 7
Assunto: comunicação
Método: exposição/discussão
Objetivo: identificar três "estilos" essenciais de comunicação. Reconhecer e analisar os efeitos que cada um desses modos de comunicação pode desencadear.

O orientador inicia a sessão começando por sublinhar que o objetivo primordial desta sessão se prende à análise de diferentes formas de reagirmos que possibilitem a posterior identificação e adoção de respostas mais eficazes a certas situações que envolvem pressões sociais para consumir excessivamente álcool e drogas. Para tal, poderá revestir-se de algum interesse explorar as características que definem as principais formas ou modalidades de nos comunicarmos com os outros, bem como os efeitos que cada um desses estilos de comunicação provoca no interlocutor.

Antes disso, porém, são fornecidas algumas informações sobre o que deve entender-se por "comunicação". Neste ponto, o orientador refere que a comunicação envolve, simultaneamente, "canais" verbais e não-verbais. Apresentam-se, em seguida, algumas características dos comportamentos de comunicação não-verbais. Os aspectos abordados baseiam-se na adaptação de algumas características dos comportamentos de comunicação não-verbais enunciados por Gazde ef alii. Destaca-se, assim, que: a) os comportamentos não-verbais são hábitos; b) os canais não-verbais constituem os principais meios de expressão das emoções; c) o nosso descontentamento exprime-se ao nível dos comportamentos não-verbais; d) os comportamentos não-verbais variam culturamente e de indivíduo para indivíduo. Cada uma destas características é ilustrada recorrendo-se aos exemplos apresentados por Gazde et alii.

Refere-se, em seguida, que, de um modo geral, é possível identificar três modos distintos de nos comunicarmos com os outros: agressivo, passivo e assertivo. Antecedendo uma definição mais sistemática e pormenorizada, solicita-se aos participantes que procurem, eles próprios, identificar o que distingue cada um destes estilos de comunicação.

As várias definições são discutidas em grande grupo, após o que o orientador procede a uma definição mais rigorosa de cada um dos estilos de comunicação. Dado que o "estilo de comunicação assertivo" é, de um modo geral, desconhecido dos participantes, dedica-se uma atenção particular à sua caracterização. Nesse sentido, tomam-se como referência algumas dimensões definidoras do conceito de "assertividade" propostas por Lineham & Egan. Segundo os autores a assertividade é um conceito multidimensional que inclui uma vasta área de "categorias de respostas comportamentais".

Para além destes "referentes comportamentais", o conceito é ainda definido com base numa diversidade de "classes de respostas interpessoais verbais". Tendo presente esta sistematização, o estilo de comunicação assertivo é genericamente caracterizado como incluindo: a) expressão aberta e direta de preferências (necessidades, desejos) e opiniões (crenças, pensamentos); b) expressão de direitos individuais (i.e., a defesa dos direitos pessoais); c) capacidade de dizer "não"; d) capacidade de exprimir sentimentos positivos e negativos.

Destaca-se ainda que para uma resposta poder ser considerada assertiva deverá ser produzida de forma "confortável", isto é, evidenciando confiança e ausência de medo. Esta característica exprime-se, essencialmente, ao nível das competências assertivas não-verbais (tom de voz, expressões faciais, contato ocular). A concluir este ponto, efetua-se uma definição sucinta de cada estilo de comunicação, explicitando-se, igualmente, as principais competências não-verbais que caracterizam o estilo de comunicação assertivo.

Por último, discute-se a questão da "eficácia" associada aos diferentes modos de comunicação. A eficácia é definida com base em dois critérios (Lineham & Egan): a) eficácia no sentido de atingir os objetivos de resposta (p.ex., resistir à pressão do grupo para usar álcool e/ou drogas); b) eficácia no sentido de manter a relação com a outra pessoa. Os participantes são, assim, solicitados a basear-se nestes dois critérios de eficácia tendo em vista efetuar uma avaliação geral dos três estilos de comunicação apresentados. Sugere-se, a concluir, que o estilo de comunicação assertivo nem sempre poderá revelar-se o mais adequado e que a sua adequação poderá depender da capacidade de os indivíduos discriminarem o tipo de situação em que deverá ser utilizado.

• Sessão nº 8
Assunto: comunicação
Método: exposição/*role-play*
Objetivo: treino do estilo de comunicação assertivo.

O orientador refere que o objetivo desta sessão se prende, basicamente, à tentativa de pôr em prática um estilo de comunicação assertivo. Para tal ir-se-á recorrer a situações, imaginárias ou reais, sugeridas pelos próprios participantes, as quais irão ser representadas através de uma técnica designada *role-play* ou "jogo de papéis". É ainda referido que a utilização desta técnica implica que cada indivíduo assuma determinado papel, no quadro de uma situação específica, e atue em função do papel que escolheu desempenhar.

O orientador explica, em seguida, as atividades a realizar relacionadas com o

tema central desta sessão. Refere-se que estas atividades visam dramatizar situações que envolvam a prática de um estilo de comunicação assertivo. Cada subgrupo terá, assim, de conceber uma situação particular (real ou imaginária) em que alguém formula um convite ou uma proposta a outra pessoa relativamente à qual esta não se mostra interessada. A recusa a esse convite terá de ser efetuada através da prática de uma (ou várias) respostas assertivas. Dentre as várias situações sugeridas, será escolhida aquela que reunir mais votos, atribuídos pelos diferentes subgrupos. O subgrupo cuja proposta obtiver mais votos escolhe, entre os seus elementos, os diferentes papéis que os elementos desse subgrupo irão desempenhar no âmbito da situação proposta.

Uma vez concluído o *role-play*, os participantes devem proceder a uma análise destinada a avaliar em que medida o *role-player* terá ou não exibido as características que definem um estilo de comunicação assertivo. É salientado que, a anteceder a prática do *role-play*, os participantes deverão examinar, novamente, a lista das características essenciais que definem o estilo de comunicação assertivo.

Após a realização do *role-play*, o orientador sugere a apresentação de outra situação focalizada, desta vez, num tema que envolva um "apelo" à utilização de álcool e/ou drogas. No final, procede-se ao mesmo tipo de avaliação efetuada em relação à situação anteriormente proposta.

3. Conclusões

As intervenções preventivas na área das drogas (álcool inclusive), têm-se limitado, largamente, a fornecer informações acerca das conseqüências sociais, psicológicas e para a saúde resultantes do uso/abuso daquelas substâncias. Esta tendência poderá explicar, pelo menos parcialmente, a relativa incapacidade revelada por essas estratégias em modificar positivamente as atitudes e comportamentos dos adolescentes em relação ao uso de álcool e de outras substâncias psicoativas.

Na elaboração de um programa alternativo nesta área, como o que se descreveu neste artigo, considerou-se, deste modo, essencial a definição de um quadro teórico preciso suscetível de fornecer um sólido suporte aos objetivos, métodos e técnicas que o integraram. Esta dimensão do programa preventivo exprime-se, entre outros aspectos, na ênfase colocada numa maior clarificação dos fatores que têm sido identificados na literatura como estando associados à iniciação ao uso/abuso de álcool e drogas na adolescência.

Paralelamente, a identificação e definição de dois componentes básicos, a partir dos quais foram elaboradas as atividades que constituem o programa de prevenção, permitirão, eventualmente, integrar e complexificar os contributos fornecidos por outros modelos de prevenção que se configuram neste domínio no decurso das duas últimas décadas.

Refira-se, por último, que os resultados da avaliação de um programa similar, focalizado na prevenção do abuso de álcool (Carvalho, 1988), indicaram que a intervenção se revelou eficaz no sentido de modificar as atitudes e padrões de consumo numa direção consistente com um menor envolvimento dos jovens no álcool.

Abstract

This paper describes a eight session substance abuse preventive program, for adolescents. The intervention was organized around two main components: a) an "affective" component; b) a "social" component. The objective of the affective com-

ponent was help adolescents to identify and examine their attitudes anual beliefs concerning alcohol and other drugs. The social component deals, basically, with social interpersonal factors that may lead the adolescent to the initiation of alcohol or other drugs use. For each session of this preventive program, a description of the main subject, method and objective(s) is presented.

Referências bibliográficas

Bandura, A. *Social learning theory*. New Jersey, Englewood Cliffs, Prentice-Hall, 1977.

Botvin, G. L. Prevention of substance abuse through the development of personal and social competence. *Research Monograph Series*, National Institute on Drug Abuse, *47:* 115-40, 1983.

Carvalho, J. *Prevenção e desenvolvimento psicológico:* elaboração, aplicação e avaliação de um modelo relativo ao álcool e drogas. Tese de doutorado. Universidade do Porto, 1988.

Da Agra, C. Adolescência, comportamento desviante e auto-organizado: modelo de psicologia epistemoanalítica. *Cadernos de Consulta Psicológica, 2:* 81-7, 1986.

Evans, R. I. A social inoculation strategy to deter smoking in adolescents. In: Matarazzo, N. et alii. *A handbook of health enhancement and disease prevention*. New York, John Willy and Sons, 1983.

Garfield, E. F. & Jones, F. R. Drug education group process: considerations of the classroom. *Journal of Drug Education, 10:* 101-10. 1980.

Harford, T. C. Patterns of alcohol use among adolescents. *Psychiatric Opinion, 12:* 17-21, 1975.

Hawkins, R. D. Adolescent alcohol abuse: a review. *Development and Behavioral Pediactrics, 9:* 79-90, 1982.

Jessor, R. & Jessor, S. L. *Problem behavior and psychossocial development*. New York, Academic Press, 1977.

Maréchal, C. *L'álcool et les jeunes*, Paris, PUF, 1982.

Maslow, A. *Toward a psychology of being*. New Jersey, Van Nostand, Princeton, 1968.

McAlister, A. L.; Perry, C. & Maccoby, N. Adolescent smoking: onset and prevention. *Pediatrics, 63:* 284-658, 1979.

Pentz, M. A. Prevention of adolescent substance abuse through social skill development. *Research Monograph Series*, National Institute on Drug Abuse, *47:* 195-232, 1983.

Rogers, C. *On becoming a person*. Boston, Houghton, Mifflin, 1961.

Roe, A. A survey of alcohol education in elementary and high schools in the United States. *Quarterly Journal of Studies on Alcohol, 3:* 574-662. 1943.

Vaillant, G. E. Illusion about alcohol. *Salzburg Seminar*, sessão n. 248. 1986.

Willians, A. F. Psychological needs and social drinking among college students. *Journal of Studies on Alcohol, 29:* 355-63, 1968.