

PROJETO CAMINHOS ESTREITOS E A BÚSSOLA PARA ELES

NARROW PATHS PROJECT AND THE COMPASS FOR THEM

Yan Lucca (1); Archeliane Carvalho (2); Larissa Coelho (3); Professora Mônica Ribeiro (4)

Archeliane Aparecida de Oliveira Carvalho, Larissa Oliveira Coelho e Yan Lucca

Centro Universitário de Barra Mansa — UBM

Resumo: Esse projeto de extensão tem como objetivo ajudar adolescente entre 12 a 14 anos a desenvolverem uma forma assertiva de autovalorização, demonstrando que com esta prática é possível não apenas se impor como também estabelecer limites em interações e cenários que possam causar desconforto. Para desenvolver essa prática utilizaremos rodas de conversa questionando o que os participantes entendem como autovalorização como forma de sensibilização ao assunto, seguido de três dinâmicas: A dinâmica da caixa que consiste em caixa de papelão com várias frases e perguntas em papéis dobrados sobre o nosso tema, a caixa passará de mão em mão enquanto uma música toca ao fundo, quando a música é pausada o participante que estiver com a caixa em mão irá sortear o papel lê-lo em voz alta e comentar sobre o que está escrito. Dinâmica da caixinha com o espelho, os participantes terão em suas mãos uma caixinha com um espelho e serão instruídos a descrever o que veem observando as suas próprias características e a refletir sobre sua identidade. E por fim a dinâmica do balão que consistirá em cada participante recebendo um balão e um pedaço de papel, neste pedaço de papel eles escreverão algo importante para eles e devem proteger seus balões por um determinado período de tempo, após a passagem do tempo cada um irá ler o que escreveu em seu papel e traremos perguntas para refletir o resultado da dinâmica.

Palavras-chave: Autovalorização, bem-estar.