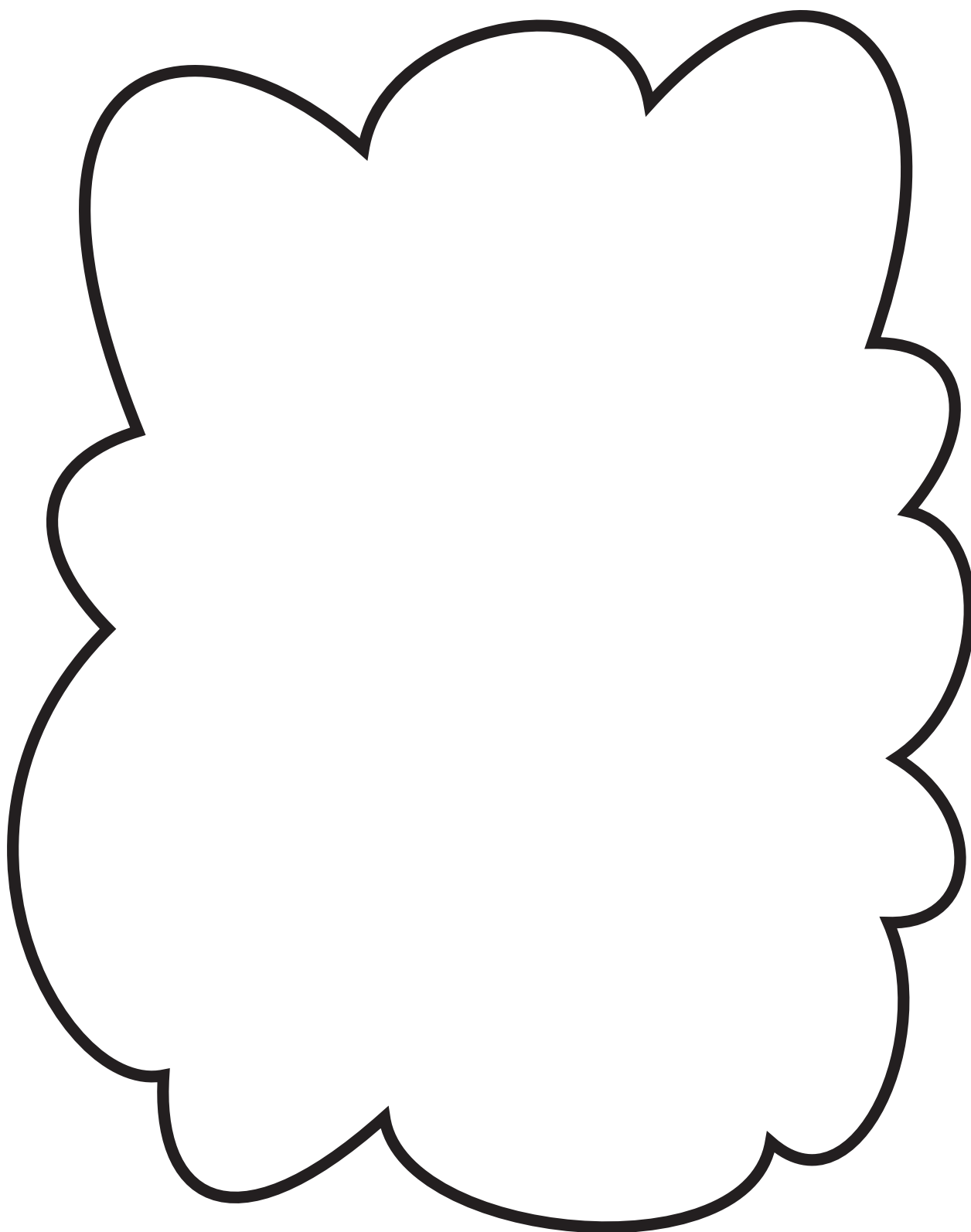


FELICIDADE



A HISTÓRIA DE MAYA LIN

POR JOSHUA GUILD

O que faria se alguém lhe dissesse que não poderia fazer algo porque era muito jovem ou por causa do seu sexo? Como reagiria se as pessoas questionassem se era suficientemente bom ou esperto para fazer algo por causa do local onde seus pais nasceram? Quando tinha apenas 21 anos de idade, uma mulher chamada Maya Lin teve que enfrentar tal situação. Notavelmente, ela foi capaz de superar a negatividade que lhe foi dirigida, usando seu talento, coragem e visão forte para se tornar um dos arquitetos mais respeitados do mundo.

Maya Lin cresceu na cidade de Atenas, Ohio. Os seus pais nasceram na China e imigraram para os Estados Unidos. O seu pai, Henry Lin, era um artista e sua mãe, Julia Lin, poeta. Ambos os pais da Maya eram professores da Universidade de Ohio.

Na escola, Maya era uma boa aluna que se destacava em matemática e arte. Ela foi aceite na Universidade de Yale, em Connecticut, onde esperava estudar escultura e arquitetura. Infelizmente para Maya, ela teve que escolher uma disciplina em detrimento da outra. Ela decidiu seguir arquitetura, embora sempre tenha mantido seu amor pela escultura.

No outono de 1980, foi anunciado um concurso nacional que procurava projetos para um novo monumento a construir em Washington, DC. Quase 1,500 artistas participaram no concurso para projetar um monumento em homenagem aos soldados que lutaram na Guerra do Vietname. Um painel de especialistas de juízes avaliar as inúmeras entradas. No final, selecionaram um design único e notável que era diferente de qualquer outro monumento em Washington.

O desenho vencedor não foi apresentado por um artista famoso, mas por uma estudante desconhecida de 21 anos chamada Maya Lin. A proposta de Maya apresentava uma longa parede em forma de V, feita de granito preto polido. Os nomes dos 58,000 americanos mortos ou desaparecidos em ação durante a Guerra do Vietname foram escritos ao longo do muro. O design foi feito para fazer o espectador pensar em um livro enorme. Maya criou o monumento como parte de um projeto de aula em Yale.

Antes do monumento ser construído, um grupo de veteranos organizou-se para protestar contra o projeto de Maya. Esperavam um monumento mais tradicional feito de mármore branco com estátuas de soldados. Muitos pensavam que a cor preta do design simbolizava a derrota ou outros sentimentos negativos sobre a guerra. As pessoas também atacaram Maya pessoalmente. Alguns manifestantes usaram até insultos machistas e racistas, acreditando que uma mulher asiático-americana não era capaz de criar um monumento apropriado para a guerra.

Ao longo de toda a controvérsia, Maya manteve a sua visão. Maya defendeu o seu design e as suas ideias sobre o monumento. Ela acreditava em si mesma e no seu sonho. Eventualmente, com alguns compromissos, o memorial dos veteranos da guerra de Vietname, o Vietnam Veterans Memorial, foi construído de acordo com o seu design.

Rapidamente, veteranos e pessoas que perderam familiares ou amigos durante a guerra começaram a visitar o monumento. Ver todos os nomes gravados na pedra trouxe lágrimas aos olhos de muitos visitantes. Maya Lin foi elogiada por seu design comovente e original. Hoje, o Vietnam Veterans Memorial é um dos monumentos mais visitados nos Estados Unidos.

Após seu triunfo no Vietnam Veterans Memorial, Maya tornou-se uma designer muito procurada. Vários anos depois, ela foi contratada para criar um memorial para o Movimento dos Direitos Civis em Montgomery, no Alabama. Concebeu também trabalhos para universidades, museus e uma estação de trem.comboios.

Ao longo da sua carreira, a Maya resistiu às críticas e permaneceu fiel à sua visão para atingir seus objetivos.

GLOSSÁRIO

INTRODUÇÃO

confiança: 1 Confiar em ou depender de algo ou alguém. 2 Um sentimento de segurança, especialmente autoconfiança.

consenso: Uma opinião, posição ou acordo alcançado por um grupo como um todo ou por maioria irá.

contrato: Um acordo formal entre duas ou mais pessoas, especialmente uma que seja escrita e exequível por lei.

sugestão: Um lembrete; uma sugestão ou sugestão.

sonho: 1 Pensamentos ou imagens que passam pela mente durante o sono. 2 Algo esperado ou imaginado; um objetivo.

inteligência nativa: A capacidade inata de adquirir e aplicar conhecimento.

negociar: Negociar com os outros para chegar a um acordo.

obstáculo: Algo que fica no caminho ou bloqueia o progresso.

perseverança: Manter um curso de ação, crença ou propósito; firmeza.

limites do espaço pessoal: O espaço físico ao redor do corpo de uma pessoa que serve como uma zona de conforto entre eles e os outros.

preferência: A seleção de alguém ou algo sobre outro ou outros.

sucesso: 1 A realização de algo desejado, planejado ou tentado. 2 A obtenção de fama ou prosperidade.

ALIMENTAR O EGO

POR LINDAMICHELLEBARON

*Alimente o meu ego,
Aqui está o copo.
Eu disse, alimente meu ego.
Eu bebo isso.*

*Sorrio,
poso e levanto as covinhas,
mas alimente o meu ego.
Aqui está o copo.*

*Eu falo
e rio à gargalhada,
mas alimente o meu ego.
Isso é o que está acontecendo.*

*Diga palavras doces
que não corrompam
mas alimente o meu ego.
Alimente-o.*

*Eu disse, alimente meu ego.
Alimente-o.*

*É isso mesmo, alimente o meu ego,
isso é o que está acontecendo.
Ei, alimente meu ego,
aqui está o copo.
Vamos, alimente o meu ego.
Eu bebo isso.*

Da publicação *Rhythm & Dues* por Lindamichellebaron, Harlin Jacque, 1995. Reimpresso com autorização do autor.

BINGO

É bom a matemática	Sempre trabalha arduamente	Gosta de participar em atividades	Pode organizar qualquer coisa	Pode usar um computador
Fala mais do que uma língua	Conta ótimas histórias e piadas	Não dá erros ortográficos	Joga um desporto de equipa	Gosta de ler
Sabe nadar	Consegue tocar um instrumento musical		Tem uma boa memória	É bom a construir ou fazer coisas
Gosta de fazer gráficos e tabelas	Gosta de descobrir como as coisas funcionam	Gosta de escrever	Gosta de participar em peças de teatro	Gosta de ajudar os outros
É um bom cozinheiro	Mantém um diário ou agenda	Gosta de desenhar pósters e murais	É um bom artista	É um ótimo dançarino

SALTO COM CORDA DUPLA

POR LINDAMICHELEBARON

*Podemos saltar com corda dupla,
transformar os saltos numa dança.
Os nossos passos são sérios.
Não os inventamos por acaso.*

*Alguns pensam que saltar à corda é um jogo.
Saltar à corda é muito mais do que isso.
Vejam-nos a cair rápida e agilmente
fazendo acrobacias no passeio.*

*Nós podemos saltar à corda e dançar.
Nós podemos saltar à corda e cantar.
Nós podemos saltar à corda e fazer
qualquer outra coisa.*

*Salto duplo dez, vinte, trinta...
mantendo o ritmo da contagem.
Se quiser ver-nos a perder, o melhor
é sentar-se.*

De *The Sun Is On* por Lindamichellebaron, Harlin Jacque, 1995. Reimpresso com autorização do autor.

SINGRAR (A)



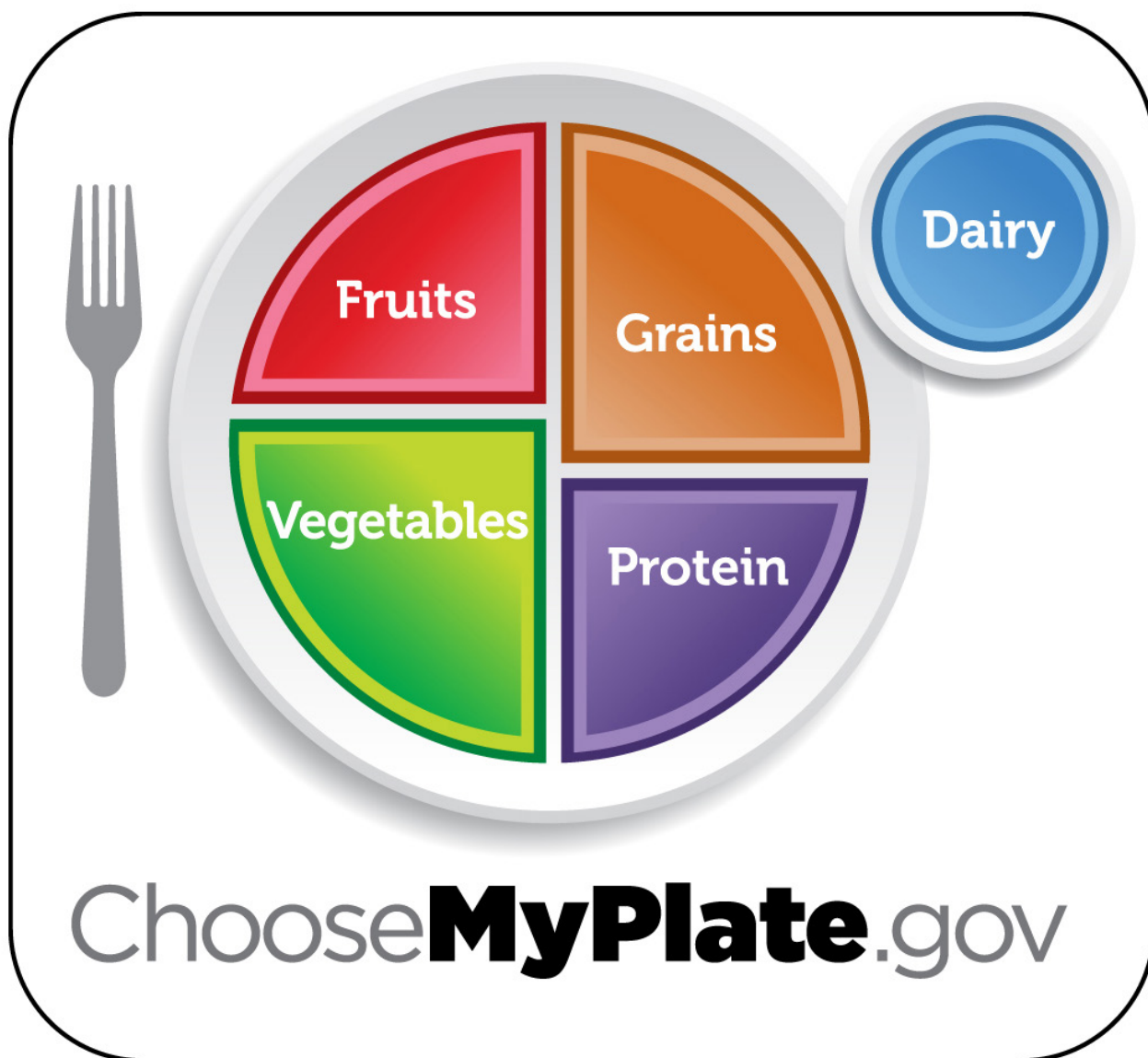
Eu bebi uma coca-cola/ refrigerante. 5 Passos	Eu comi batatas fritas. 2 Passos	Eu bebi café. 5 Passos	Eu comi biscoitos. 4 Passos
Eu comi feijão. 7 Passos	Eu comi arroz e feijões. 12 Passos	Eu comi manteiga de amendoim e geleia. 9 Passos	Eu bebi sumo de laranja. 7 Passos
Eu comi uma sanduíche de queijo e fiambre. 9 Passos	Eu comi uma maçã. 7 Passos	Eu bebi um copo de leite. 8 Passos	Eu comi pão integral. 7 Passos
Eu comi uma batata cozida. 8 Passos	Eu comi um prato de sopa de legumes. 11 Passos	Eu comi gelado. 4 Passos	Eu comi uma banana. 7 Passos

SINGRAR (B)



Eu fiquei acordada até tarde a ver TV. 5 Passos	Eu andei de bicicleta depois da escola. 8 Passos	Eu vi TV depois da escola. 0 Passos	Eu fui para a cama cedo. 10 Passos
Eu joguei um jogo ao ar livre. 10 Passos	Eu fiquei até tarde a fazer os trabalhos de casa. 5 Passos	Eu corri 1,6 km. 8 Passos	Eu fiquei acordado até tarde a falar ao telefone. 5 Passos
Eu fui para a cama cedo. 10 Passos	Eu caminhei, em vez de andar de carro. 8 Passos	Eu fiquei acordado até tarde sem motivo. 5 Passos	Eu varri as folhas do jardim. 8 Passos
Eu comi brócolos. 8 Passos	Eu comi espaguete e almôndegas. 10 Passos	Eu comi uma barra de chocolate. 3 Passos	Eu comi um hambúrguer. 5 Passos

MYPLATE



Almoço		Pequeno-almoço	
<i>Segunda-feira</i> <i>Terça-feira</i> <i>Quarta-feira</i> <i>Quinta-feira</i> <i>Sexta-feira</i> <i>Sábado</i> <i>Domingo</i>	<i>Petiscos</i>	<i>Segunda-feira</i> <i>Terça-feira</i> <i>Quarta-feira</i> <i>Quinta-feira</i> <i>Sexta-feira</i> <i>Sábado</i> <i>Domingo</i>	Meu plano de ação
<i>Segunda-feira</i> <i>Terça-feira</i> <i>Quarta-feira</i> <i>Quinta-feira</i> <i>Sexta-feira</i> <i>Sábado</i> <i>Domingo</i>		<i>Segunda-feira</i> <i>Terça-feira</i> <i>Quarta-feira</i> <i>Quinta-feira</i> <i>Sexta-feira</i> <i>Sábado</i> <i>Domingo</i>	Jantar

Hora de acordar: _____

Hora de deitar: _____

ERA UMA VEZ

1. No zoológico, você foi mordido por uma espécie rara de macaco. Você está a começar a sentir-se muito doente e o seu médico o diagnostica com uma doença muito séria. O seu médico não sabe como o curar e não sabe se a doença é fatal. Ele diz que tem que desistir de uma das suas atividades favoritas.
2. Por causa da doença, você fica hospitalizado durante um breve período de tempo. Deve perder um dos seus objetivos.
3. Por causa da sua baixa folga do trabalho, tem pouco dinheiro e deve desistir de uma das suas posses.
4. Você é hospitalizado novamente. As contas médicas continuam a chegar e você tem de desistir de outra posse.
5. Você está exausto da doença e a tentar trabalhar. Perde um dos seus objetivos e deve desistir de uma atividade. Além disso, duas pessoas importantes desaparecem da sua vida, porque você já não consegue manter relacionamentos.
6. Você está permanentemente hospitalizado. Só está autorizada uma visita e só pode levar uma posse consigo para o hospital. Elimine duas pessoas importantes e duas posses.
7. O seu médico encontra um hospital na Europa especializado em mordidas de macacos raros. Uma vez lá, terá de residir perto do hospital para o resto da sua vida, na eventualidade de desenvolver sintomas novamente. Deve eliminar três dos quadrados restantes. Quais serão eles?
8. Está a começar a sua vida de novo com apenas essa pessoa, posse, objetivo ou atividade.

PERCEÇÕES

Acho que o fato descreve _____

porque _____

Eu estava correto? ☐ Sim ☐ Não

O fato realmente descreve _____

Acho que o fato descreve _____

porque _____

Eu estava correto? ☐ Sim ☐ Não

O fato realmente descreve _____

Acho que o fato descreve _____

porque _____

Eu estava correto? ☐ Sim ☐ Não

O fato realmente descreve _____

Acho que o fato descreve _____

porque _____

Eu estava correto? ☐ Sim ☐ Não

O fato realmente descreve _____

VIVER NOS E.U.A.

Como classificam os visitantes o nosso país?

Sete estudantes de intercâmbio do programa American Field Service que frequentaram a escola durante um ano têm fortes sentimentos sobre a América. Eles partilharam as suas opiniões com o jornalista da revista *React*, Sandy Fertman, antes de regressar aos seus países de origem.

Qual é a principal diferença entre os adolescentes americanos e os adolescentes do seu país?

Fah: Eu sou da Tailândia e os americanos são mais individuais. Fazem apenas o que querem. Perseguem o que lhes interessa e trabalham arduamente para o alcançar.

Celine: Os adolescentes aqui são mais amigáveis do que na França.

Roberto: Eu diria que os adolescentes aqui levam as coisas mais a sério, como desporto e empregos. São mais competitivos do que na Itália.

Teresa: Eu não quero generalizar, mas as crianças aqui tendem a tomar as coisas como certas. Por exemplo, dizem: "Ah, eu estraguei o meu carro, mas o meu pai tem seguro para cobri-lo". Na Nova Zelândia, usamos os transportes públicos.

Oboshie: Eu acho que os adolescentes aqui são um pouco rudes com os professores. No Gana, não é assim. Temos que os respeitar, e se você tiver problemas com um professor, é um grande problema.

Tim: As expectativas para os adolescentes americanos terem sucesso na vida são muito maiores do que na Austrália.

Diego: As crianças aqui são mais obcecadas por coisas materiais do que os adolescentes no Paraguai.

Qual foi a coisa favorita que fizeste nos Estados Unidos?

Fah: Dançar.

Teresa: Ir a jogos da WNBA e de beisebol.

Roberto: Eu realmente gostei do orgulho na escola. Se houver um jogo de futebol ou uma

peça, todo mundo vai. Eles participam todos.

Existe alguma coisa que não gosta nos Estados Unidos?

Teresa: Eu acho que os americanos são muito propensos a processar. Não houve uma senhora que se queimou com uma chávena de café do McDonald's e ela processou-os? Claro que estava quente! Ela precisava que lhe dissessem isso? É muito fácil chamar um advogado aqui.

Diego: Há muita fast food aqui. Além disso, acho que as pessoas estão demasiado interessadas em ganhar dinheiro. Como minha família anfitriã – eu gosto muito deles, mas estavam a trabalhar o tempo todo. É algo estranho.

Celine: O noticiário é só sobre a América, América, América; eles não se importam com outros países. Eu não ouvi nada sobre a França até à morte da princesa Diana!

A escola é mais difícil aqui?

Celine: É menos difícil! Você pode escolher as disciplinas que quer.

Tim: A carga de trabalho é a mesma, mas é mais fácil realizar o seu trabalho em sala de aula, para não ter nenhum trabalho de casa. É fácil conseguir boas notas.

Oboshie: No Gana, você tem que usar um uniforme. E tem até 13 aulas diferentes todos os dias.

O que acha da maneira como os americanos se vestem?

Fah: Eles vestem o que lhes fica bem e aquilo que gostam. Não se vestem todos da mesma maneira. É muito legal.

VIVER NOS E.U.A.

(CONTINUAÇÃO)

Roberto: Todos usam calças largas aqui. Na Itália, usamos jeans apertados. Eu também gosto do cabelo pintado.

Oboshie: Eu acho que o body-piercing é demais. Em África, se usar quatro brincos, acham que você é uma prostituta.

Tim: Na Austrália, se você usar maquilhagem na escola, é considerada uma oferecida. Aqui, quando eu vi pela primeira vez todas as raparigas com maquilhagem, eu fiquei tipo “Uau!” Elas realmente estão com bom ar.

Fah: Gostei muito das tatuagens de henna. Se eu fizesse isso na minha escola em casa, teria problemas. E nada de cabelos pintados. Algumas escolas não permitem sequer cabelos compridos!

Os adolescentes americanos têm mais liberdade do que os adolescentes do seu país?

Diego: Eu acho que há menos liberdade aqui. Não temos uma idade legal para beber ou fumar no Paraguai, e também se pode fumar em bares. Aqui, as crianças são tão reprimidas por beber que, quando finalmente conseguem, bebem o máximo possível! Seria melhor se não tivessem uma idade legal para beber, porque não é nada de mais beber no Paraguai.

Qual é a sua comida americana favorita?

Tim: Hambúrgueres, apesar de os termos na Austrália.

Celine: Tacos, porque não os temos na França.

Oboshie: Eu também gosto de batatas fritas e lasanha. A comida no Gana é muito mais saudável. Não é parece bocados de comida gordurosa.

Em que é diferente namorar aqui?

Fah: Aqui, eu diria que namorar é mais sobre beijos. As pessoas tocam-se muito. Na Tailândia, você simplesmente sai. E não faz nada em público lá.

Teresa: Eu andei pelo corredor da escola e tive que tapar os meus olhos! Aqui, há mais ênfase nos casais que fazem coisas juntos. É muito diferente na Nova Zelândia. Namorar é algo que se faz depois das aulas, e é sempre uma cena de grupo. Mesmo quando vamos a bailes, vamos todos juntos.

Roberto: Na Itália, não temos bailes escolares e não compramos flores para as raparigas. Quando eu usava um smoking para o Baile de Inverno aqui, sentia-me como se fosse o James Bond. Foi ótimo!



*Reimpresso com autorização da revista *React*. Copyright 1998, Advance Magazine Publications, Inc. Usos: fotocopiadora, projetor opaco ou transparência principal para retroprojektor. A *React* concede autorização para reproduzir esta página para uso em salas de aula.

Construir Confiança no Ensino Secundário

GLOSSÁRIO

CONSTRUIR CONFIANÇA

conceito: Algo formado na mente; um pensamento, noção ou plano.

dignidade: 1. A qualidade de ser digno de estima ou respeito. 2. Postura e respeito próprio.

efeito: 1. Trazer ou implementar. 2. Influência ou resultado; uma mudança.

juízo: 1. A formação de uma opinião após a consideração ou deliberação. 2. A capacidade de formar uma opinião distinguindo e avaliando. 3. Uma decisão, opinião ou conclusão.

percepção: 1. Perspetiva, intuição ou conhecimento adquirido pela percepção. 2. Modo de ver ou entender.

poder pessoal: Capacidade de uma pessoa ou capacidade para realizar ou agir de forma eficaz; a capacidade de uma pessoa para produzir resultados.

respeito: 1. Sentir ou demonstrar respeito, honra ou estima. 2. Consideração exibida a uma pessoa ou qualidade.

estereótipo: 1. Uma imagem ou opinião supersimplificada. 2. Uma pessoa ou coisa que é considerada em conformidade com uma imagem ou tipo definido.

estratégia: Um plano de ação para concretizar um objetivo específico.

símbolo: 1. Algo escolhido para representar ou representar outra coisa. 2. Um sinal impresso ou escrito usado para representar algo.

VERIFIQUE A SUA GARRA

Verifique se concorda ou discorda com cada declaração abaixo. Em seguida, cumpra as instruções na parte inferior da página para avaliar quão bem entende o poder das suas palavras.

	CONCORDA	DISCORDA
Ouvir palavras furiosas logo de manhã pode estragar o meu dia.		
Palavras de elogio fazem-me sempre sentir bem!		
Sei que posso perturbar alguém, chamando-lhe um nome.		
Normalmente, os elogios embaraçam-me, mas gosto deles de qualquer maneira.		
Às vezes é mais fácil culpar alguém do que explicar o que realmente aconteceu.		
Odeio como me sinto quando alguém me humilha.		
Eu sei que magoa os outros quando os humilho.		
Às vezes digo coisas que não quero dizer.		
Geralmente é melhor dizer olá do que fingir que não viu alguém.		
É sempre melhor dizer “com licença” do que “saia do meu caminho”.		
Posso usar palavras para fazer alguém sorrir.		
Às vezes tenho dificuldade em dizer o que quero dizer.		
Eu posso ser simpático com as palavras.		
Eu posso ser agressivo com palavras.		
TOTAL		

Adicione o número de marcas na coluna “Concordo” e escreva o total na parte inferior. Em seguida, faça corresponder a sua pontuação com uma das classificações abaixo. A sua classificação lhe dirá o quanto entende o poder das palavras.

11–14 = TOTALMENTE CONSCIENTE

7–10 = BOA NOÇÃO DISSO

4–6 = NÃO PERCEBE QUASE NADA

0–3 = COMPLETAMENTE IGNORANTE

GLOSSÁRIO

MÓDULO UM: COMUNICAÇÃO

escuta ativa: Atenção focada num orador, seguida de confirmação e resposta ao que é dito.

agressivo: Comportar-se de maneira hostil; propensão a atacar ou começar uma briga.

assertivo: Comportar-se ou comunicar-se de maneira clara e positiva; confiante.

linguagem corporal: Gestos, expressões faciais e posturas corporais que comunicam como alguém está pensando e sentindo.

mensagens em conflito: Comunicação na qual as palavras não correspondem às ações; comunicação confusa.

transmitir: Comunicar ou divulgar.

sugestão: Um lembrete; uma sugestão ou sugestão.

debate: 1. Considerar alguma coisa. 2. Envolver-se numa discussão formal para discutir pontos opostos.

eficaz: 1. Ter um resultado pretendido ou realização. 2. Causar uma forte impressão ou resposta.

gesto: Movimento de parte do corpo para expressar ideias e sentimentos.

mensagens não-verbais: Comunicação de pensamentos e sentimentos através de gestos, expressões faciais e posturas corporais.

passiva: 1. Receber uma ação sem responder. 2. Aceitar sem resistir. 3. Não participando ou agindo.

inventário pessoal: Uma lista detalhada ou levantamento dos próprios pensamentos, atitudes e sentimentos internos.

encenação: Representar o comportamento social de um indivíduo ou personagem em particular.

cenário: Um esboço ou plano de uma sequência esperada de ações ou eventos.

QUENTE OU FRIO?

Preencha os espaços em branco para mostrar quem realmente tomou cada decisão. Escreva “quente” se a Chris tomou a decisão. Escreva “frio” se ela deixou de facto outra pessoa decidir por ela.

1. Oi! Sou a Chris e consegui um emprego no supermercado aos sábados. Tenho um emprego nesta loja porque podemos trabalhar numa área diferente da loja em cada semana. _____
2. Na minha primeira semana, trabalhei no departamento de carnes porque meu amigo Sal trabalha lá e disse que todas as pessoas simpáticas trabalham lá.

3. Mas eu não sabia que, quando se trabalha no departamento de carne, temos que limpar o chão três vezes por dia. Outra pessoa que eu conheço disse que gostou de trabalhar no departamento de produção, pelo que comecei a trabalhar lá na semana seguinte. _____
4. Mas perdemos muito tempo a pulverizar água nos legumes para os manter frescos. Eu fico doente muito facilmente, e sabia que ia apanhar uma constipação com toda aquela água fria. Então, na semana seguinte, passei para o departamento de laticínios. _____
5. Já viram como as pessoas lêem sempre a parte de trás dos pacotes de leite e, em seguida, eles escorregam das suas mãos, caem no chão e abrem-se? Adivinhem quem limpa aquilo! Os meus amigos da loja me disseram que não havia muito o que fazer no departamento de cereais, pelo que mudei-me para lá na semana seguinte.

6. Mas foi tão aborrecido! Não havia realmente nada para fazer e eu gosto de ter algo para fazer. Comecei a pensar que gosto de trabalhar com números e falar com as pessoas. Pelo que agora estou a trabalhar nas caixas registadoras. _____
7. E não vou mudar de departamento na próxima semana. _____

Resposta chave: 1. quente 2. frio 3. frio 4. quente 5. frio 6. quente 7. quente

PESSOA MISTÉRIO N.º 1

MIKA LEE

- ❖ Você nasceu em Winnipeg, no Manitoba. (Manitoba é uma província no centro do Canadá. Winnipeg é uma cidade no sul de Manitoba, não muito longe da fronteira com os EUA.)
- ❖ O seu aniversário é a 2 de outubro.
- ❖ Você não tem um segundo nome.

- ❖ Mudou-se para os Estados Unidos com sua família no verão passado.
- ❖ Tem uma irmã e um irmão.
- ❖ A sua irmã é mais velha que você e o seu irmão é mais novo.
- ❖ Muitos dos seus parentes moram em Manitoba, mas tem uma tia, um tio e primos que moram em Fiji.
- ❖ A sua família tem dois animais de estimação: um cão chamado Mister e um gerbil chamado Spike.

- ❖ Fala francês e inglês.
- ❖ As suas comidas favoritas são: esparguete, sanduíches de manteiga de amendoim e geleia e gelado.
- ❖ A sua cor favorita é laranja.
- ❖ O seu desporto favorito é o hóquei.
- ❖ Gosta de patinar no gelo, nadar e andar de bicicleta.
- ❖ Gosta também de colecionar selos de todo o mundo e desenhar.

- ❖ Gostaria de ser um veterinário algum dia.
- ❖ Gostaria também de ser um patinador profissional.
- ❖ Gostaria de viajar pelo mundo no futuro.

PESSOA MISTÉRIO N.º 2

JERRY SOLO

- ❖ Você nasceu em Córdoba, na Argentina. (Argentina é um país no sul da América do Sul. Córdoba é uma cidade no centro-norte da Argentina.)
- ❖ O seu aniversário é a 28 de fevereiro.
- ❖ O seu nome do meio é Rawson, que é o nome de solteira da sua mãe.

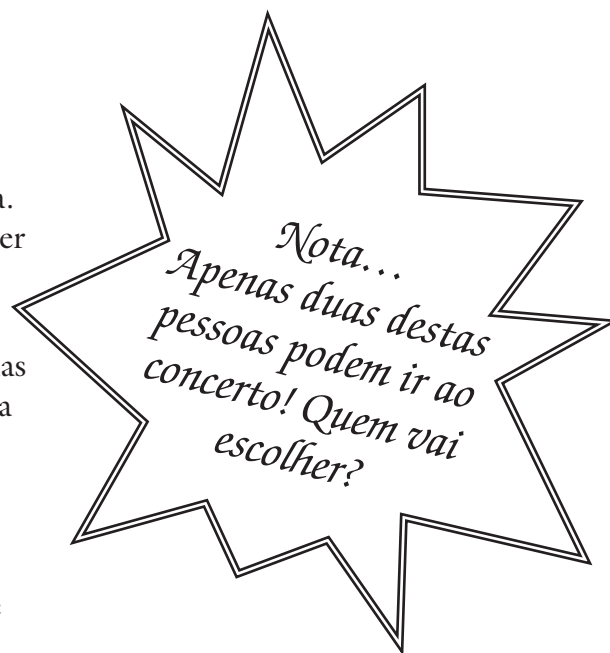
- ❖ É um cidadão americano, mas nasceu na Argentina. A sua família voltou para os Estados Unidos quando tinha quatro anos de idade.
- ❖ A sua família mudou-se para cá por causa do novo emprego do seu pai.
- ❖ Tem uma irmã.
- ❖ A sua irmã é mais nova que você.
- ❖ Os seus avós e a maioria de seus outros parentes moram perto de si.
- ❖ A sua família não tem animais de estimação.

- ❖ Fala inglês e algum espanhol.
- ❖ A suas comidas favoritas são burritos, pizza e bife.
- ❖ A sua cor favorita é roxa.
- ❖ O seu desporto favorito é o futebol - você joga desde os quatro anos de idade.
- ❖ Também gosta de jogar basquete e está aprendendo a nadar.
- ❖ Gosta de ler histórias de aventura e mistério, ir ao cinema e cozinhar.

- ❖ Gostaria de ser um piloto algum dia.
- ❖ Gostaria também de ser um ator ou um chef.

OS AMIGOS

- ❖ Desde que se lembra, este amigo esteve nas suas festas de aniversário. Está sempre disponível para ouvir quando alguém precisa de um amigo. Ele é o único no seu grupo de amigos que nunca foi a um concerto, e ele não gosta muito de música. Ele quer ir a este concerto porque não quer perder nenhuma diversão.
- ❖ Este amigo é um bom contador de histórias e conta piadas hilariantes. Esta é sua banda favorita, e ela fala sobre o concerto há meses. É sempre divertido com ela, mas ela rouba sempre algo sempre que vão a qualquer loja. Parte do motivo pelo qual ela está excitada com o concerto é porque está animada com os itens que vai roubar dos vendedores lá.
- ❖ Esta amiga é muito responsável e inteligente, e os pais de todos os demais amigos gostam dela. Se ela for ao concerto, todos podem voltar para casa mais tarde. Os pais acham que, se esta amiga for ao concerto, todos estarão seguros. Ela é também um pouco estranha; e nem sempre é divertido estar com ela. Ultimamente, ela tem passado menos tempo com o grupo.
- ❖ Este amigo é o que tem mais dinheiro no grupo, e gasta-o sempre com os seus amigos. Você sabe que se ele for ao concerto, ele comprará lembranças e comida. Este amigo tem também um recolher obrigatório cedo. Se ele for ao concerto, todos terão que sair do concerto cedo.



ANÚNCIO FINAL

Estas duas pessoas
vão ao concerto:

1.

2.

SIMPLIFIQUE

Questão:		
OPÇÕES	CONSEQUÊNCIAS	+ ou -
1.		
2.		
3.		
4.		
Decisão:		

CONTRA TODAS AS POSSIBILIDADES

Liberty Franklin lidera as organizações Boys & Girls Clubs como o seu Jovem do Ano.

Quando era mais nova, Liberty Franklin voltava para casa depois da escola para um apartamento escuro e encontrava sua mãe alcoólica a chorar. Nunca conheceu o seu pai e perdeu a única foto dele. Os seus irmãos mais velhos estavam sempre a entrar e a sair da prisão, e a sua irmã mais velha era viciada em drogas.

Liberty, agora com 17 anos, cresceu com muita dor. Mas não deixou isso derrubá-la. “Eu analisava as coisas”, diz ela. “Decidi que queria um futuro melhor para mim.”

Como é que ela conseguiu isso? Na sexta classe, quando seus amigos começaram a beber, a Liberty começou a frequentar as organizações locais dos Boys & Girls Clubs para ter ajuda com os trabalhos de casa. Lá, ela diz, “os funcionários protegeram-me. No clube, consegui escapar do tráfico de drogas e dos gangues violentos na rua e das coisas negativas da minha família.”

No clube, ela dava explicações a crianças e ajudava a organizar eventos como o programa de pequeno almoço com o Pai Natal, Breakfast With Santa, e uma angariação de roupa na altura do regresso às aulas. Também se juntou a um grupo de liderança para meninas, onde discutiam coisas “como a pressão dos colegas e a vida familiar”, diz Liberty. Ela ganhou confiança, o suficiente para falar honestamente com a sua mãe e convencê-la a deixar de beber. “Atualmente, ela está sóbria há três anos”, diz Liberty com orgulho.

“No clube, consegui escapar do tráfico de drogas e aos gangues violentos”.

A Liberty também começou a assumir mais responsabilidades em casa. Para ajudar financeiramente, trabalhava como caixa num banco e caixa de num restaurante de fast-food enquanto continuava a cumprir os seus deveres na escola.

É agora finalista do ensino complementar na escola Everett High School (Washington) e é considerada uma das melhores alunas da sua turma. Esta primavera, ela será a primeira da família a terminar o liceu.

Para premiar a sua liderança e os seus esforços académicos, em setembro, a Liberty foi eleita a Jovem Nacional do Ano das organizações Boys & Girls Clubs e recebeu uma bolsa de estudo no valor de \$10,000.

Como representante dos 3 milhões de membros do clube, ela reuniu-se com o Presidente Clinton e viajará pelo país para discutir questões importantes da juventude com líderes empresariais e governamentais.

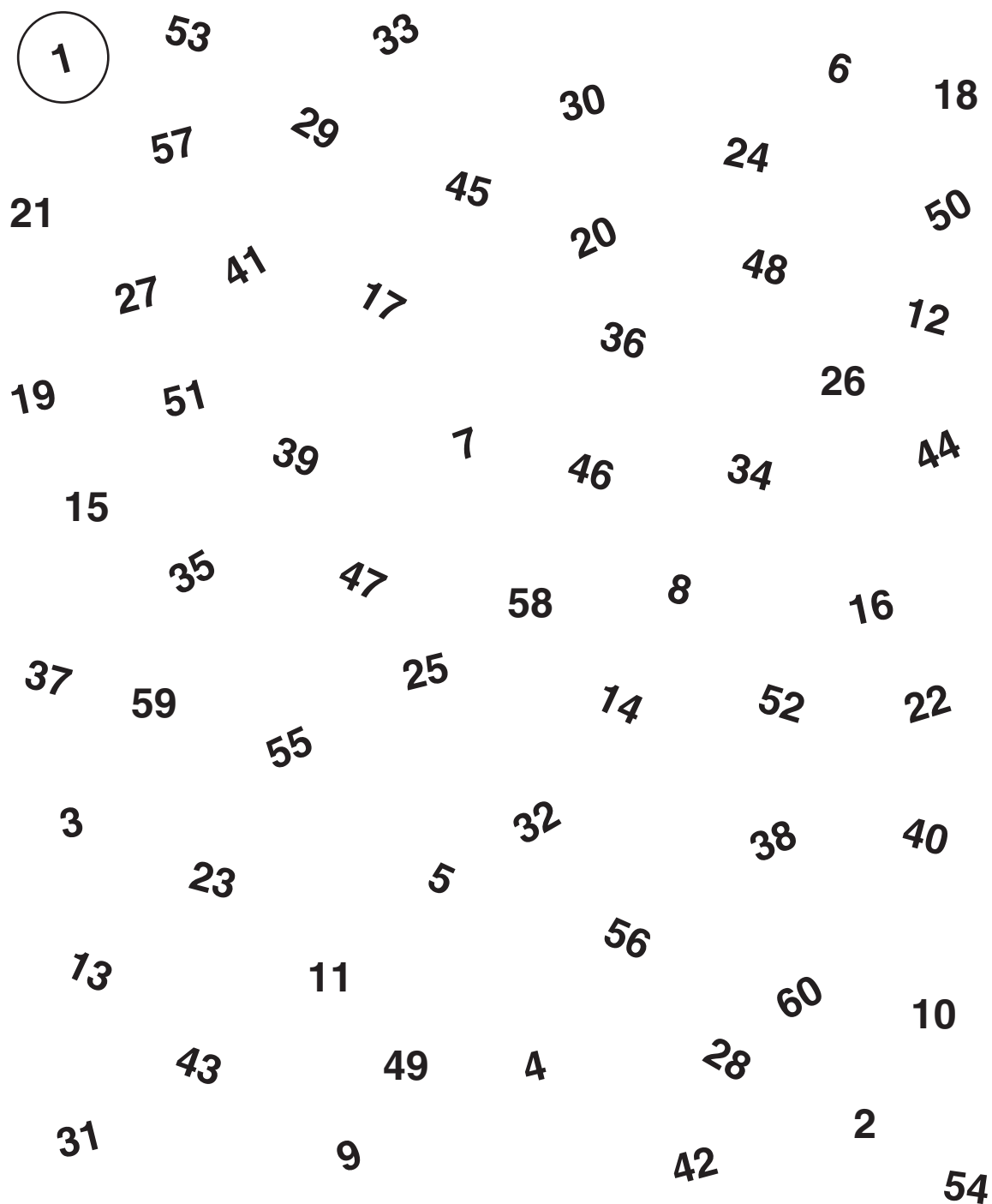
A Liberty diz que o seu objetivo é ajudar meninos e meninas a superar obstáculos como pobreza, criminalidade e problemas familiares.

“Tudo o que fiz foi evitar os ciclos de negatividade. Mal sabia eu que estava a viver a minha vida pelo exemplo”, diz ela. “Agora estou a provar aos meus colegas que eles podem fazer isso também”.

—Nancy Vittorino

*Reimpresso com autorização da revista *React*. Copyright 1998, Advance Magazine Publications, Inc. Usos: fotocopiadora, projetor opaco ou transparência principal para retroprojetor. A *React* concede autorização para reproduzir esta página para uso em salas de aula.

ASSINALE-ME!



GLOSSÁRIO

MÓDULO DOIS: TOMADA DE DECISÕES

alternativa: 1. Outra possibilidade. 2. Uma oportunidade para escolher entre opções.

analisar: Separar em partes para determinar a natureza do todo; examine em detalhe.

apropriado: Adequado para uma pessoa, condição, ocasião ou local específico; apropriado.

escolha: 1. O ato de escolher; seleção. 2. O poder, o direito ou a liberdade de escolher. 3. Uma opção ou alternativa.

consequência: 1. Algo que naturalmente segue de uma ação ou condição. 2. Uma conclusão lógica

hipotético: Baseado numa explicação temporária de algo que é assumido como verdadeiro até todos os factos serem levados em consideração.

decisão informada: Uma decisão baseada em informações confiáveis.

processo: 1. Uma série de ações, mudanças ou funções que geram um resultado. 2. Progresso; passagem.

prós e contras: As razões positivas e negativas a favor e contra algo.

provérbio: Um pequeno e familiar ditado que simplesmente captura e expressa alguma verdade ou sabedoria.

relevante: 1. Ter uma ligação ao assunto em questão. 2. Ajuste ou adequação aos requisitos especificados.

opções de pesagem: 1. Equilibrar diferentes possibilidades na mente para fazer uma escolha; ponderar ou avaliar. 2. Para examinar alternativas.

METAS VÁLIDAS

Liste três metas na coluna da esquerda. Avalie-as, uma a uma, respondendo sim ou não a cada pergunta. Se a resposta “não” alguma vez ocorrer, reveja a meta para a tornar válida.

Metas	É pessoal?	É realista?	As consequências são positivas?	Tem um prazo?	Metas Revistas
1.					
2.					
3.					

VENHA POR AQUI

Decida que quer
estar na equipa de
basquetebol.

Coma bem e
certifique-se de que
descansa bastante na
semana anterior das
provas de admissão.

Encontre alguém
que o possa ajudar
a melhorar as
competências com
as quais está a ter
problemas.

Seja escolhido
para a equipa de
basquetebol.

Comece a praticar e
descubra quando
são as provas de
admissão.

Realize as provas
de admissão para
a equipa de
basquetebol.



Meta a longo prazo

ON YOUR WAY

1. Escreva uma das suas metas a longo prazo na caixa superior.
2. Pense nos passos que precisa concretizar antes de alcançar o seu objetivo. Liste os passos no verso desta ficha de atividades; em seguida, numere-os pela ordem em que devem ser feitos.
3. Preencha as caixas com as metas de ponto de partida que o ajudarão a alcançar o seu objetivo.

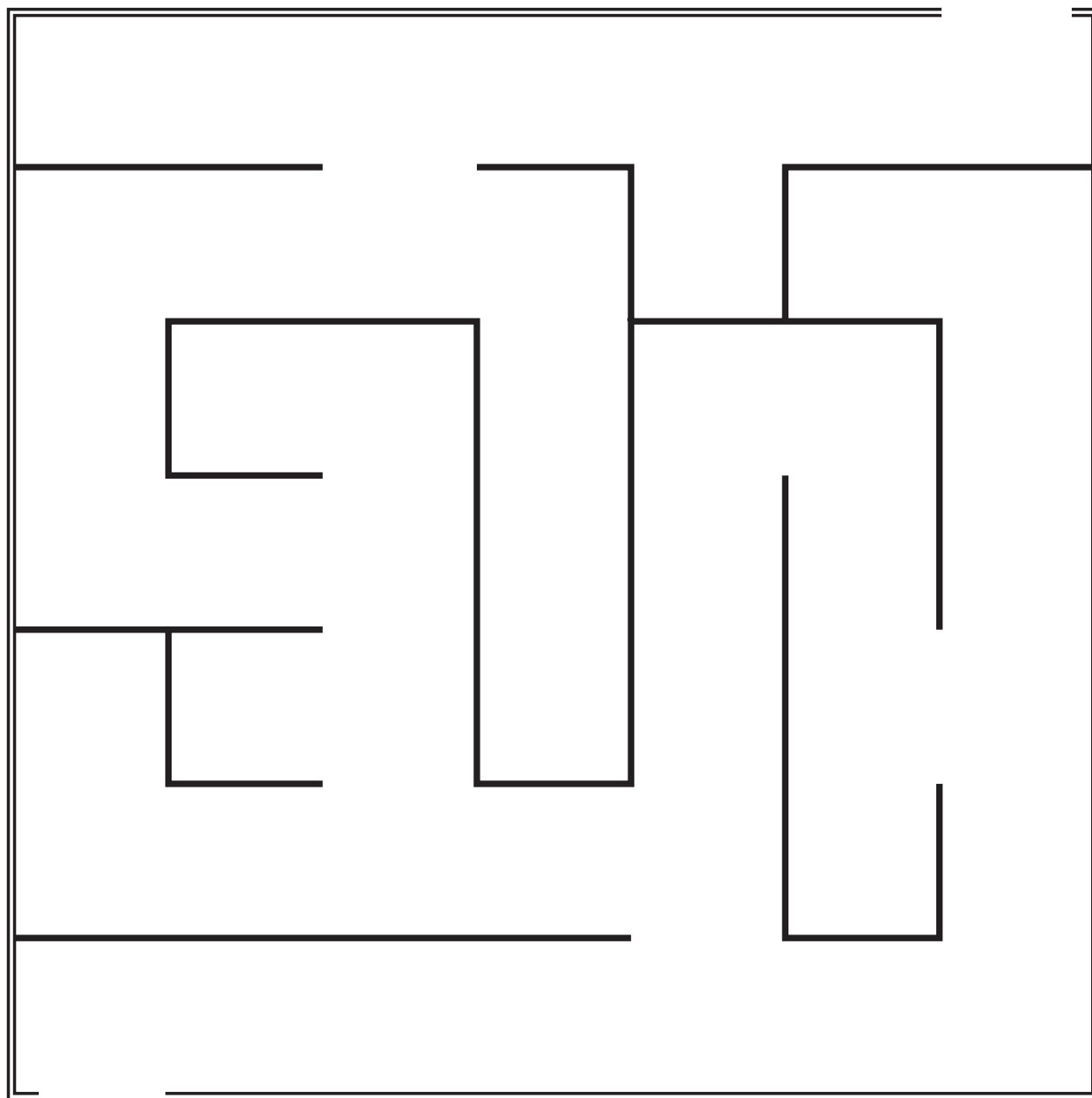
UM AUTO-INQUÉRITO

Quando diz “Eu faço,” mas depois não o faz , é porque...	Não		Sim	
	Nunca	Por vezes	Geralmente	Sempre
1. você tem medo de não ser suficientemente bom?				
2. um membro da família vai humilhá-lo?				
3. só queria agradar outra pessoa?				
4. os amigos vão achar que ficou estranho?				
5. você já disse “eu faço” demasiadas vezes já?				
6. tem dificuldade em dizer não a algumas pessoas?				
7. não tem certeza que consegue?				
8. queria, mas ninguém fez?				
9. não queria fazer isso sequer?				
10. adiou?				

Se respondeu sim a cinco ou mais perguntas, provavelmente é muito duro consigo mesmo! Acalme-se e pare de se preocupar tanto com o que os outros pensam. A sua opinião também conta! Tenha um pouco mais de fé em si mesmo.

Se respondeu não a mais de cinco perguntas, continue nessa! Pode querer verificar se o seu lado competitivo não abusa de si. Caso contrário, certifique-se de que as suas ações são do seu melhor interesse.

O LABIRINTO



A MANEIRA DIFÍCIL

Fazer parte de uma equipa da NBA não é tão fácil quanto um salto no estilo do Kobe Bryant desde o liceu. Basta perguntar à estrela da segunda divisão, Moochie Norris.

A neve derretida pinga no campo de basquetebol por causa de um buraco no telhado. Os assentos de madeira vazios superam os fãs na bancada superior. A dança hip-hop do apresentador Myron Noodleman recebe mais palmas do que as duas equipas no campo de basquetebol. Bem-vindo a uma noite fria de janeiro em Indiana, enquanto a equipa Fort Wayne Fury enfrenta a equipa Rockford (Ill.) Lightning. Bem-vindo à segunda divisão da NBA, a Continental Basketball Association.

Moochie Norris da equipa The Fury, uma estrela da CBA com sonhos em jogar na NBA, está na linha de lance livre. Faltam apenas alguns segundos para o jogo - empatado - acabar, o armador de 185 cm de altura tem uma possibilidade de alcançar a vitória. Mas a bola bate dentro do aro e salta para fora. Perto, mas não perto o suficiente. É o mesmo com Norris, de 25 anos - bom demais para a segunda divisão, mas não bom o suficiente para a primeira liga. “Mas se eu desistir do meu sonho”, ele diz, “não vale a pena continuar a jogar”.

A viagem de Norris é o oposto do atalho de Kobe Bryant do liceu para a liga profissional. O CBA é constituída por nove equipas e tem 90 jogadores como Norris, todos sedentos por receberem o telefonema que jogadores como John Starks, Mario Elie e Chris Childs receberam: “Nós queremos que venha jogar na NBA”.

Norris, como o jogador mais celebrado da CBA, está muito perto de alcançar o objetivo da NBA incutido nele pelo seu pai quando tinha 6 anos de idade. Depois de sair do seu bairro de Washington, DC, jogou nas equipas de algumas faculdades, jogando bem o suficiente para ser escolhido pela equipa Milwaukee Bucks como a 33ª escolha geral nas Provas de Admissão de 1996 da NBA. “Fiquei sem palavras”, diz Norris. Mas pouco antes da temporada começar, ele foi excluído.

Foi então que a CBA o contactou, uma liga que ele

desconhecia. “Eu vi isto como uma segunda chance para me provar. Não é a NBA, mas é basquetebol profissional”, diz ele. Os contratos semanais da CBA, no entanto, custam em média \$1,700 e, às vezes, as viagens são feitas de autocarro. O salário semanal médio da NBA é um pouco maior, \$140,000, com muitos jatos de luxo privados disponíveis. “Amigos e treinadores do meu bairro disseram: ‘Tu vais jogar na NBA. Só tens de trabalhar arduamente. Nunca parar’”, diz Norris.

Norris jogou na equipa Florida Beachdogs, da CBA, e depois na equipa dos Fury, geralmente perante alguns milhares de fãs e dois ou três batedores da NBA. Nos últimos dois anos, até jogou em ligas profissionais na França e no Chile durante o período fora de temporada da CBA. “Sempre que entro no campo, quero tentar ser melhor”, diz ele.

O técnico da equipa Fort Wayne Fury, Keith Smart, acha que a ética de trabalho de Norris vai valer a pena. “É uma questão de uma equipa da NBA dizer: ‘Vamos-lhe dar uma hipótese’”, diz Smart. “Porque ele consegue jogar muito mais do que muitos dos jogadores suplentes que estão lá.”

Isso é tudo o que Norris quer. “Eu não espero ser chamado para a NBA e ser uma estrela”, diz ele. “Se eu pudesse chegar lá, o resto resolve-se sozinho.”

Uma semana depois do jogo de Rockford, a equipa dos Seattle SuperSonics fez-lhe a Chamada. Ele realizou uma prova de admissão e quase que não era incluído. No fim de semana de abertura da NBA, numa noite de fevereiro perante uma sala lotada com 17.000 espetadores, Norris sai do banco no quarto período, e os Sonics estão a perder por 10. Ele calmamente faz quatro lances de três pontos. Todos com êxito. “Eu só precisava de uma hipótese”, diz ele. “O meu sonho se tornou realidade.” Bem vindo à NBA.

—por Chris Tauber

*Reimpresso com autorização da revista *React*. Copyright 1999, Advance Magazine Publications, Inc. Usos: fotocopiadora, projetor opaco ou transparência principal para retroprojetor. A *React* concede autorização para reproduzir esta página para uso em salas de aula.

GLOSSÁRIO

MÓDULO TRÊS: ESTABELECEER METAS

avaliar: 1. Determinar o valor ou significado de; avaliar. 2. Avaliar.

critério: Padrões, regras ou testes.

objetivo: O propósito para o qual um empreendimento ou esforço é direcionado.

objetivo: Algo trabalhado para ou destinado a; uma meta, propósito ou destino.

perseverar: Persistir em qualquer propósito ou empreendimento; continue lutando apesar das dificuldades.

procrastinação: Deixar de fazer algo até outra hora, especialmente por descuido ou preguiça habitual.

realista: Cuidar ou expressar uma consciência das coisas como elas realmente são.

reavaliar: Determinar novamente o valor ou significado de.

rever: 1. Preparar uma versão recém-editada de (um texto). 2. Reconsiderar e alterar ou modificar.

válido: 1. Produzir os resultados desejados. 2. Baseado em provas que podem ser suportadas.

FATORES DE STRESS

Criadores de Stress

- ☐ testes
- ☐ problemas familiares
- ☐ atividades secretas
- ☐ medo do perigo
- ☐ discussões
- ☐ confrontos
- ☐ divórcio
- ☐ amizades
- ☐ valores pessoais
- ☐ problemas na escola

✓ _____

✓ _____

✓ _____

✓ _____

Pode levar a...

Formas de reduzir ou aliviar o stress

Sinais de Stress

dores de cabeça

- ☐ raiva
- ☐ comer ou dormir muito pouco
- ☐ comer ou dormir demais
- ☐ falta de energia e interesse
- ☐ intolerância
- ☐ frustração
- ☐ isolamento
- ☐ pobre concentração
- ☐ tensão

✓ _____

✓ _____

✓ _____

✓ _____

✓ _____

Preencha a data de amanhã e liste todas as tarefas que tem de concluir. Lembre-se de estabelecer prioridades as tarefas e assinalar as mais importantes na sua programação.

[illegible]

RAPARIGA DA MELHOR UNIVERSIDADE

De Fresh Prince a caloiro em Harvard, o sucesso de R&B Tatyana Ali mantém o seu estrelato em perspectiva.

Tatyana Ali definitivamente não vive a vida de um caloiro comum da Universidade de Harvard. Claro que a estrela de R&B que ficou famosa a interpretar a prima de Will Smith na série *The Fresh Prince of Bel-Air* vive num dormitório, tem uma carga horária completa e sai com amigos em Harvard Yard.

Mas na maioria dos fins de semana, não encontrará Tatyana, de 19 aos de idade, andando por volta de Boston; geralmente viaja para promover o seu álbum de estreia, *Kiss the Sky* (Epic). “É uma loucura”, diz ela. “A cada duas semanas tenho um pequeno colapso, e penso, ‘Isto é loucura’”.

Não acredita nela? Veja uma semana típica: Frequenta aulas duas vezes por dia às segundas, terças, quartas e quintas. Na tarde de quinta-feira, voa para Chicago para tocar e depois volta na mesma noite para ir às aulas na sexta-feira. Depois, ela voa para São Francisco e Portland para mais concertos, e depois regressa a Harvard no domingo à noite.

Mas mesmo com este horário maluco, a Tatyana continua firme. Como a maioria dos novos alunos, ela diz que estava um pouco nervosa em conhecer os seus cinco colegas de quarto. Ela mudou-se alguns dias depois do resto porque estava em tourné, e temia que pensassem que ela era uma diva. Mas assim que a Tatyana apareceu - a carregar as suas próprias malas, com a mãe ao seu lado - os seus colegas de quarto perceberam que ela não queria tratamento especial.

Durante o seu primeiro semestre em Harvard, Tatyana frequentou espanhol, genética, estudos afro-americanos e uma aula de redação expositiva. Também se juntou a um grupo de coral e teatro do campus e tornou-se

timoneiro da equipa de tripulação masculina. Como muitos estudantes universitários, fica acordada até tarde a ouvir música alta. (“Nós temos festas barulhentas o tempo todo”, ela admite). E obviamente, tem dificuldade em se levantar às 9 da manhã. “Eu basicamente saio da cama com suores de sono, escovo os dentes, lavo o rosto, pego na minha mala, vou para a aula e, em seguida, volto para o meu quarto e tomo banho”, diz ela com uma risada.

Tatyana agradece aos seus pais a sua capacidade de equilibrar a faculdade e uma carreira. “Na minha família, a faculdade é o que você faz”, diz ela. “Os meus pais apoiaram muito o que eu fiz no passado, mas se algo tivesse que acontecer, certamente não seria a escola”.

Mesmo que ela esteja totalmente envolvida na vida no campus, as colegas de quarto de Tatyana não conseguem esquecer que a sua amiga é uma celebridade. Todos eles se reuniram em torno de uma TV para vê-la com o Will Smith a dar um prémio à Madonna nos MTV Video Music Awards no outono passado. “A Madonna chegou e beijou a minha face”, lembra Tatyana. “Eu estava tão excitada. E os meus amigos também estavam. Nós realmente compartilhamos o momento.”

Mas será que o próprio Fresh Prince – que produziu seu álbum de estreia e cantou no segundo single, “Boy You Knock Me Out” – alguma vez aparece no seu dormitório para dizer olá? Tatyana sacode a cabeça. “Isso seria insane”, diz ela. “As pessoas enlouqueceriam. Seria uma cena horrível.”

Ela sorri então. “Bem, talvez ele possa vir quando me licenciar.”

—Marc S. Malkin

“A cada duas semanas tenho um pequeno colapso, e penso, ‘Isto é loucura’”.

*Reimpresso com autorização da revista *React*. Copyright 1999, Advance Magazine Publications, Inc. Usos: fotocopiadora, projetor opaco ou transparência principal para retroprojetor. A *React* concede autorização para reproduzir esta página para uso em salas de aula.

Módulo Quatro: Gerir Recursos Pessoais - Ensino Secundário

GLOSSÁRIO

MÓDULO QUATRO: GERIR RECURSOS PESSOAIS

responsável: Responsável; confiável.

atitude: 1 Uma posição do corpo, sugerindo algum pensamento, sentimento ou ação. 2 Estado de espírito, comportamento ou conduta em relação a algum assunto, para indicar opinião ou propósito.

credível: 1 Crível; confiável. 2 Digno de crédito, confiança ou aceitação.

dilema: 1 Uma situação ou problema que parece não oferecer solução satisfatória. 2 Uma escolha necessária entre alternativas igualmente indesejáveis.

desculpa: Explicar uma falta ou uma ofensa na esperança de ser perdoado ou entendido; para tentar remover a culpa de.

iniciativa: A capacidade de começar ou seguir as coisas; determinação.

maduro: 1 Tendo atingido o crescimento ou desenvolvimento natural total. 2 Trabalhou totalmente na mente.

Prioritizar: Organizar ou lidar em ordem de importância.

responsável: 1 Ser responsável pelo próprio comportamento ou ações. 2 Capaz de ser confiável ou dependente de; confiável.

stress: Um estado de extrema dificuldade, pressão ou tensão.

gerir o tempo: Identificar tarefas que precisam ser feitas; determinar quais tarefas são as mais importantes; organizar as tarefas de uma maneira que permita que elas sejam concluídas por um certo tempo.

LISTA DE VERIFICAÇÃO DA ORGANIZAÇÃO

Sobre cadernos e pastas

Eu tenho...

- ☐ cadernos, separadores ou uma pasta para as minhas aulas?
- ☐ um caderno separado ou uma secção separada para cada aula?
- ☐ um lugar na frente para anotar tarefas?
- ☐ um lugar na frente para guardar os trabalhos de casa para entregar?
- ☐ papel em branco em cada caderno para notas e trabalhos da aulas?
- ☐ um lugar em cada caderno para guardar fotocópias?
- ☐ um lugar em cada caderno para guardar os trabalhos de casa e testes devolvidos?

Coisas que preciso organizar:

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Sobre os horários de estudo

Deve...

- ☐ Decidir sobre uma hora para estudar todos os dias.
- ☐ faça um calendário do que precisa de fazer.
- ☐ anotar tarefas específicas.
- ☐ cumprir os seus planos!

MINHA SEMANA DE ESTUDO

DISCIPLINAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO

TESTE-SE A SI MESMO

1. Escreva seu nome no canto superior direito desta folha.
2. Dobre esta folha ao meio.
3. Desdobre esta folha.
4. Rasgue o canto inferior esquerdo desta folha.
5. Escreva a palavra “para cima” à direita desta frase.
6. Vire esta folha de cabeça para baixo e escreva a palavra “para baixo”.
7. Desenhe um círculo e divida-o em quatro partes.
8. Faça dois furos no meio desta folha.
9. Desenhe uma linha para conectar os furos.
10. Ignore as instruções 3 a 9 neste documento.



NOTAS QUE FUNCIONAM SÃO...

1. _____

❖ _____

❖ _____

❖ _____

❖ _____

2. _____

❖ _____

❖ _____

❖ _____

❖ _____

3. _____

❖ _____

❖ _____

❖ _____

GLOSSÁRIO

MÓDULO CINCO: ESTUDAR EFICAZMENTE

Atlas: Um livro de mapas, às vezes com ilustrações.

bibliografia: Uma lista de todas as fontes de informação usadas num relatório.

enciclopédia: Um trabalho de referência abrangente contendo artigos sobre uma ampla gama de assuntos, geralmente organizados em ordem alfabética.

paráfrase: Reafirmar por outras palavras, muitas vezes para simplificar a compreensão do significado.

recurso: Algo que pode ser usado para suporte ou ajuda.

dicionário de sinónimos: Um livro ou outro recurso que lista palavras com o mesmo ou quase o mesmo significado.

visuais: Imagens, gráficos, mapas ou outras apresentações que são usadas para ilustrar algo.

COMO CONSIGO FAZER ISTO?

Liste todas as maneiras através das quais poderia resolver estes problemas. Numere as opções de cada um.

PROBLEMA 1: Foi-lhe oferecido um ótimo trabalho a tomar conta de crianças nas manhãs de sábado; é bem pago, mas é noutro bairro. Como pode chegar lá?

PROBLEMA 2: O seu quarto está aborrecido! Como é que o pode reorganizar para que fique completamente diferente?

ENCONTRAR SOLUÇÕES

Liste os prós e contras de cada opção listada na ficha de atividades “Como consigo fazer isto?”. Coloque um sinal de + ou - após cada uma. Em seguida, encontre a opção com o maior número de sinais + e o menor número de sinais - e assinale a sua solução.

PRÓS E CONTRAS OPÇÕES DO PROBLEMA 1		PRÓS E CONTRAS OPÇÕES DO PROBLEMA 2	
	+ ou -		+ ou -

GLOSSÁRIO

MÓDULO SEIS: RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS

problema: 1. Uma pergunta a ser considerada, resolvida ou respondida. 2. Uma situação, assunto ou pessoa que apresenta uma dificuldade.

colaborar: Trabalhar juntos, especialmente num esforço conjunto.

competência: 1. O conhecimento familiar de qualquer ciência, arte ou artesanato. 2. Um talento ou habilidade desenvolvidos.

POR VEZES SINTO-ME...

A

aventureiro
afetuoso
recesoso
agressivo
espantado
irritado
ansioso
apologético
apreensivo
envergonhado

B

tímido
traído
audaz
aborrecido
corajoso

C

calma
cauteloso
alegre
confortável
competente
confiante
confuso
curioso

D

decisivo
depressivo
determinado
desapontado
enojado
angustiado

E

em êxtase
envergonhado
enérgico
enfurecido
entusiasmado
invejoso
excitado
exausto

F

amigável
assustado
frustrado

G

grato
ganancioso
culpado

H

feliz
desamparado
esperançoso
horrorizado

I

impaciente
incompetente
indeciso
indiferente
inseguro
inspirado
insultado
intimidado
irritado

J

ciumento
alegre

L

preguiçoso
indiferente
solitário

M

maravilhado
malicioso
miserável
temperamental

N

negativo
nervoso

O

otimista
sobrecarregado

P

pacífico
perplexo
petrificado
positivo
orgulhoso
intrigado

R

arrependido
relaxado
ressentido
inquieto

S

triste
satisfeito
seguro
sereno
chocado
tímido
tonto
cético
sonolento
lento
carrancudo
surpreso
suspeito
simpático

T

tenso
tímido
tranquilo
confiante

U

desconfortável
indeciso

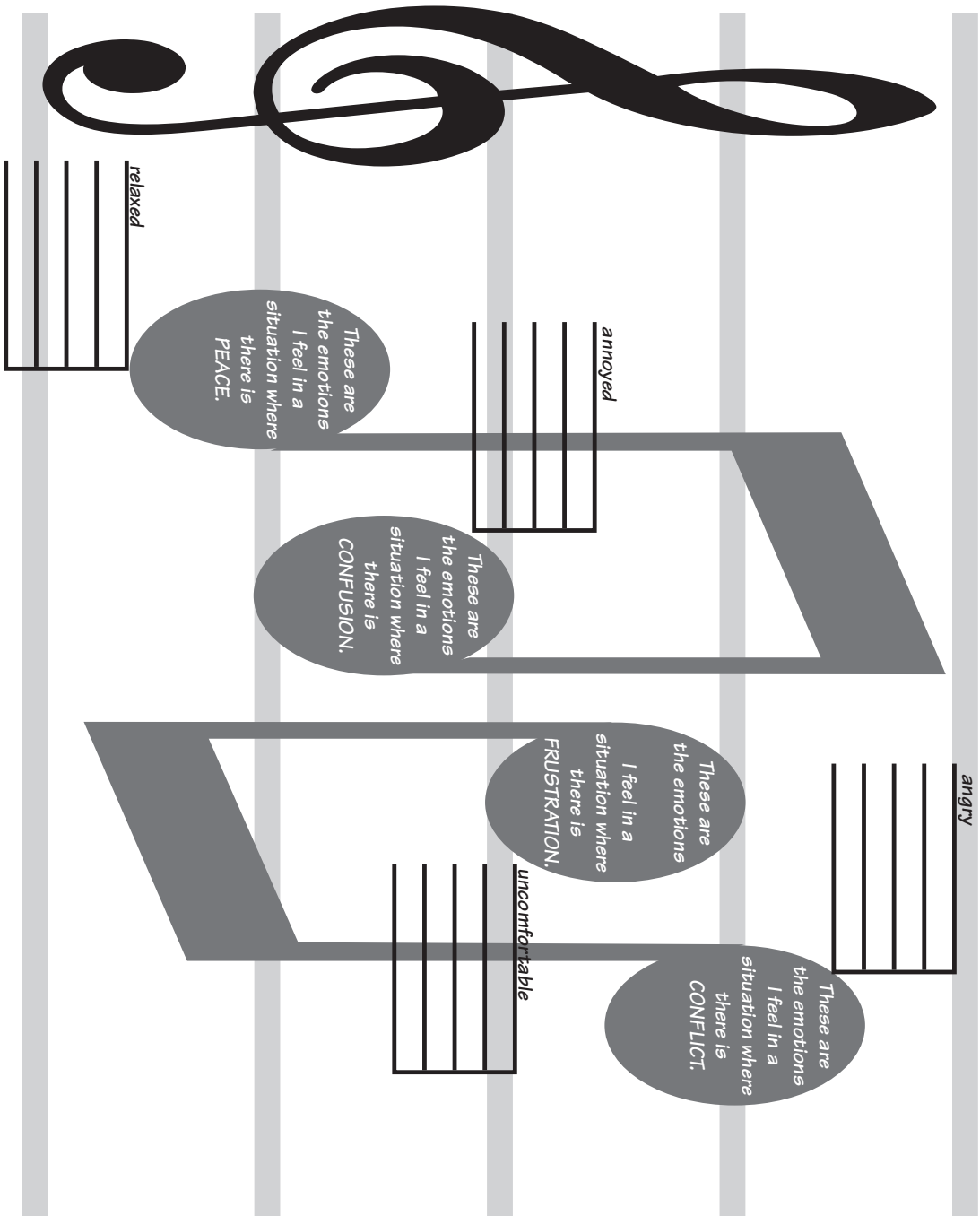
W

cauteloso
caprichoso
preocupado

Z

zeloso

ESCALA DE EMOÇÕES

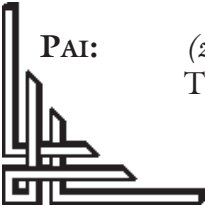


ATO DOIS



Leia o que cada pessoa diz. Além disso, leia o texto debaixo do diálogo para descobrir o que cada pessoa queria dizer.



- PAI: (*chateado, irritado*) Onde é que estavas?
(*Já devias ter chegado há mais de uma hora, e eu tenho estado deveras preocupado.*)
- SAM: (*defensivamente*) Na escola.
(*Fui mandado para o castigo e estou meio envergonhado com isso.*)
- PAI: (*confuso*) Mas a escola acabou há mais de uma hora! Onde é que estiveste?
(*Esqueceste-te que tinhas uma consulta no dentista?*)
- SAM: (*insultado*) Eu disse-te! Eu estava na escola! A professora obrigou-nos a ficar até mais tarde.
(*Não acreditas em mim? Oops, eu disse “nós”?*)
- PAI: (*frustrado*) Porquê?
(*Explica apenas porquê é que estás atrasado.*)
- SAM: (*ansiosamente*) Porque alguém esteve a cuspir bolas de papel e a professora irritou-se, e toda a turma ficou de castigo.
(*De facto, só eu, porque eu cuspi algumas bolas de papel.*)
- PAI: (*cauteloso*) Isso não me parece justo, mas devias ter ligado.
(*E tu não estavas envolvido?*)
- SAM: (*ressentido*) Bem, a professora não nos deixou sair da sala!
(*Eu esqueci-me de ligar. Eu devia ter feito isso.*)
- PAI: (*zangado*) É mesmo isso! Vou falar com a tua professora sobre isso!
Tive que cancelar o dentista!
- 
- 

MENSAGENS INSTANTÂNEAS

Mensagens instantâneas são um excelente meio de se explicar quando está chateado. Quando as usa, é mais provável que as pessoas o ouçam e respondam sem ficar zangados e defensivos. Leia o exemplo e tente escrever as suas próprias mensagens instantâneas.

EXEMPLO

Alguém na sua casa esquece-se frequentemente de lhe dar mensagens.

Sinto-me chateado

quando você não me dá as minhas mensagens

porque eles são importantes para mim.

1. Um colega começou a chamá-lo por uma alcunha que você não gosta.

Sinto-me _____

quando você _____

porque _____

2. O seu professor não lhe fez nenhuma pergunta na aula a semana toda, mesmo quando levantou a mão.

Sinto-me _____

quando você _____

porque _____

3. Um dos seus amigos pede-lhe frequentemente coisas emprestadas e as devolve.

Sinto-me _____

quando você _____

porque _____

CONSEGUEM AS ESCOLAS MANTER OS ALUNOS COM DEFICIÊNCIAS?

Garret Frey tinha apenas 4 anos quando caíu da moto do pai e seccionou a medula espinal. Desde então Garret, agora com 16 anos, ficou paralisado do pescoço para baixo. Precisa de cuidados contínuos 24 horas por dia para o ajudar a comer e beber, mudar de posição na cadeira de rodas, aspirar o tubo na sua garganta e monitorizar o ventilador que o ajuda a respirar.

Sem alguém com competências de enfermagem para o ajudar, o Garret não pode frequentar a escola Jefferson High School em Cedar Rapids, no Iowa, onde é um caloiro e um aluno de média B.

No entanto, a família Frey tem de pagar quase \$20,000 por ano à enfermeira licenciada que ajuda o Garret. Há anos que tentam, sem sucesso, convencer a administração escolar de Cedar Rapids a cobrir os custos. Em novembro passado, a sua disputa chegou ao Supremo Tribunal dos EUA.

“As crianças com deficiência, como eu, têm direito a uma educação gratuita”, diz Garret, “sem pagar por cuidados extras”.

Mas o superintendente de Cedar Rapids, Lew Finch, insiste que a administração escolar não tem dinheiro para pagar os cuidados de que Garret precisa. Salienta que o distrito já contratou um professor especial associado, comprou um autocarro especial e adaptou um computador para acomodar o Garret. “Temos de perguntar, qual é o limite,” diz Finch. “Se os tribunais cederem nisto, pode ser um poço sem fundo”.

O caso de Garret poderia decidir até que limite devem ir as escolas para ajudar os alunos com deficiências. A lei federal exige que as comunidades ofereçam aos estudantes com deficiência acesso total à educação pública – e uma gama completa de “serviços relacionados com a educação especial”.

Mas não há acordo sobre a quantidade de cuidados extras a que Garret e dezenas de milhares de outros estudantes gravemente incapacitados têm direito. Os Frey esperam que a Suprema Corte declare que a lei cobre serviços como a enfermeira de Garret.

O seguro de Garret tem pago as despesas com a enfermeira. Mas ele já quase que esgotou o plafond das suas apólices, e a sua família não consegue pagar estes serviços sem ajuda. Se ele perder o caso no tribunal, ele pode ter que concluir o liceu em casa.

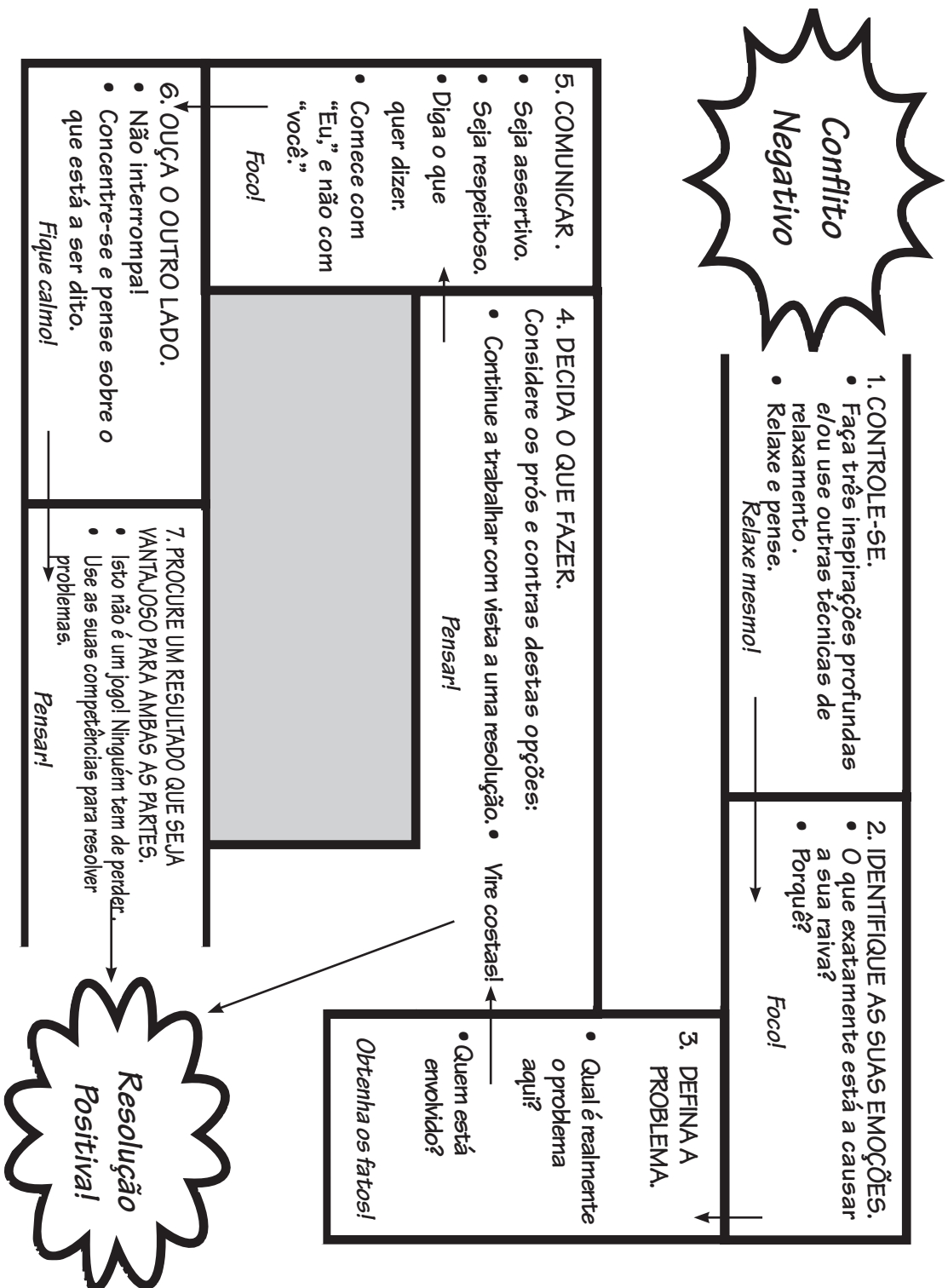
O caso de Garret captou a atenção da imprensa, mas ele diz que não quer atenção extra. “Alguns dos meus colegas perguntaram se eu achava que sou um exemplo”, diz ele. “Eu não penso em mim dessa maneira, mas se o meu caso puder ajudar a mudar as coisas, acho que seria bom.”

O tribunal deve emitir sua decisão nesta primavera, mas não será breve o suficiente para Garret. “Eu gostaria que tudo terminasse”, ele diz, “e espero que ajude outras crianças”.

—Susan Hansen

*Reimpresso com autorização da revista *React*. Copyright 1999, Advance Magazine Publications, Inc. Usos: fotocopiadora, projetor opaco ou transparência principal para retroprojetor. A *React* concede autorização para reproduzir esta página para uso em salas de aula.

CUBRA TODAS AS BASES



DILEMAS



1. Você está a jogar futebol com alguns colegas durante o almoço. Alguns jogadores estão a empurrar os outros durante o jogo. Quando todos voltam para a aula, alguém lhe dá um murro. O que faz?

2. A sua amiga está de mau humor porque ficou de castigo por uma semana. Você está a falar sobre ir ao cinema e ela começa de repente a gritar consigo. Rapidamente estão a ter uma discussão sobre os trabalhos de casa. O que faz?

3. O seu irmão passa a tarde toda a chateá-lo. Você atira-lhe uma borracha e diz-lhe para ele se afastar. Ele atira-lhe uma almofada e os seus óculos caem. O que faz?

4. Você ouve que alguém o está a acusar de ter roubado um casaco. Essa pessoa perdeu um casaco parecido com o seu. Essa pessoa anda com um grupo de pessoas que você tenta evitar. O que faz?

GLOSSÁRIO

MÓDULO SETE: RESOLVER CONFLITOS

conflito: Um estado de desarmonia entre pessoas, ideias ou interesses; um confronto.

dinâmica: As forças que produzem ou governam a atividade ou movimento.

entrar em erupção: Emergir violentamente de restrições ou limites; explodir.

escalar: Aumentar, ampliar ou intensificar de maneira gradual.

intolerância: 1. Incapacidade ou falta de vontade de suportar ou suportar. 2. Recusar-se a permitir crenças opostas.

falta de comunicação: Falha na comunicação causada por fala pouco clara ou mal-entendido.

falar erroneamente: 1. Falar ou pronunciar incorretamente. 2. Falar equivocadamente, inadequadamente ou imprudentemente.

humor: Um estado de espírito temporário ou emoção em relação a um sentimento.

opor: 1. Estar em conflito com. 2. Posicionar-se de modo a estar de frente a ou confrontando algo.

resolução: 1. Uma explicação, como de um problema ou quebra-cabeça; uma solução. 2. Um curso de ação determinado ou decidido.

resolver: 1. Tomar uma decisão firme sobre. 2. Encontrar uma solução para ; resolver.

tolerância: A capacidade ou a tendência para reconhecer e respeitar as crenças ou práticas dos outros.

traço: Uma característica distinta ou específica, como do caráter de uma pessoa; uma qualidade; uma característica.

VERDADEIRO OU FALSO

Verifique se cada afirmação é verdadeira ou falsa para si.

	VERDADE	FALSO
1. Eu participaria numa atividade que envolvesse pessoas que eu não conhecesse.		
2. Eu não copiaria num teste, mesmo se todos estivessem a fazer isso.		
3. Às vezes penso que as pessoas que não são populares são fixes.		
4. Eu falaria contra algo, mesmo que pensasse que os outros discordariam.		
5. Eu ajudaria alguém se precisasse, mesmo que essa pessoa não fosse uma amiga.		
6. Eu gosto de conhecer pessoas que são diferentes de mim.		
7. Se dois dos meus amigos não estiverem a falar um com o outro, eu ainda posso ser amigo de ambos.		
8. Eu usaria uma camisa favorita para a escola, mesmo que mais ninguém usasse camisas iguais.		
9. Eu juntar-me-ia a um grupo popular, mesmo que fizessem coisas com as quais eu não concordo.		
10. Eu não mentiria por um amigo, mesmo que ele ou ela mo pedisse.		
TOTAL		

Agora, volte atrás e assinale as declarações que acha que são as mais difíceis para as pessoas da sua idade fazerem.

CASOS EM TRIBUNAL



CASO N.º 1

O Kevin estava a tomar conta dos filhos de um vizinho numa tarde. Deixou o telemóvel em casa e queria ligar a um amigo que estava a visitar familiares noutro estado. Perguntou se podia usar o telefone, e o vizinho disse que sim. O Kevin não disse que ia fazer uma chamada de longa distância.

A chamada de longa distância do Kevin foi bastante cara. do estado. O vizinho diz que o Kevin lhe deve uma tarde a tomar conta dos filhos para a pagar. O Kevin diz que não deve nada porque tinha autorização para usar o telefone.

CASO N.º 2

A Shante trouxe alguns foguetes e fósforos para a escola. Deu alguns foguetes à Rosa e desafiou-a a acender um na sala de aula. A Rosa disse que só o faria se Shante também acendesse um.

A Rosa acendeu um foguete, mas a Shante não o fez. A Rosa foi suspensa da escola. A Rosa afirma que quem devia ser suspensa era a Shante porque foi ela que trouxe os foguetes para a escola. A Shante afirma que como foi a Rosa que acendeu o foguete na sala de aula, é ela quem deve ser suspensa.

CASO N.º 3

A equipa de futebol de Robert fornece uniformes e sapatos aos jogadores. Eles devem ser usados nos treinos e jogos. O Robert não gosta deles.

No primeiro treino, Robert disse que se esqueceu do uniforme e dos sapatos. O treinador deixou-o jogar ainda assim. No segundo treino, o Robert disse que o seu uniforme estava a lavar e os seus sapatos estavam no carro da sua mãe. O treinador meteu-o de castigo no banco. Quando o Robert apareceu sem o seu uniforme e sapatos pela terceira vez, o treinador mandou-o para casa.

O Robert afirma que o treinador não o avisou e é injusto. O treinador diz que o Robert não poderá jogar se não usar o uniforme e os sapatos.

CASO N.º 4

Keisha terminou o teste de matemática mais cedo. Estava entediada e começou a desenhar e escrever numa página do seu caderno. Ela continuou a olhar para a amiga na fila seguinte. A sua amiga finalmente olhou para Keisha e murmurou: “O que estás a fazer?” A Keisha levantou o caderno e a sua amiga inclinou-o para ela olhar. A professora deu notas baixas às duas.

A professora afirma que elas estavam a copiar. Elas afirmam que não estavam fazendo nada de errado.

EU PRECISO MESMO DE UM EMPREGO

**Eu preciso mesmo de um emprego.
O problema é, só tenho 14 anos de
idade. Alguém sabe como é que
eu posso ganhar algum dinheiro?
M. F., 14 anos, Geórgia**

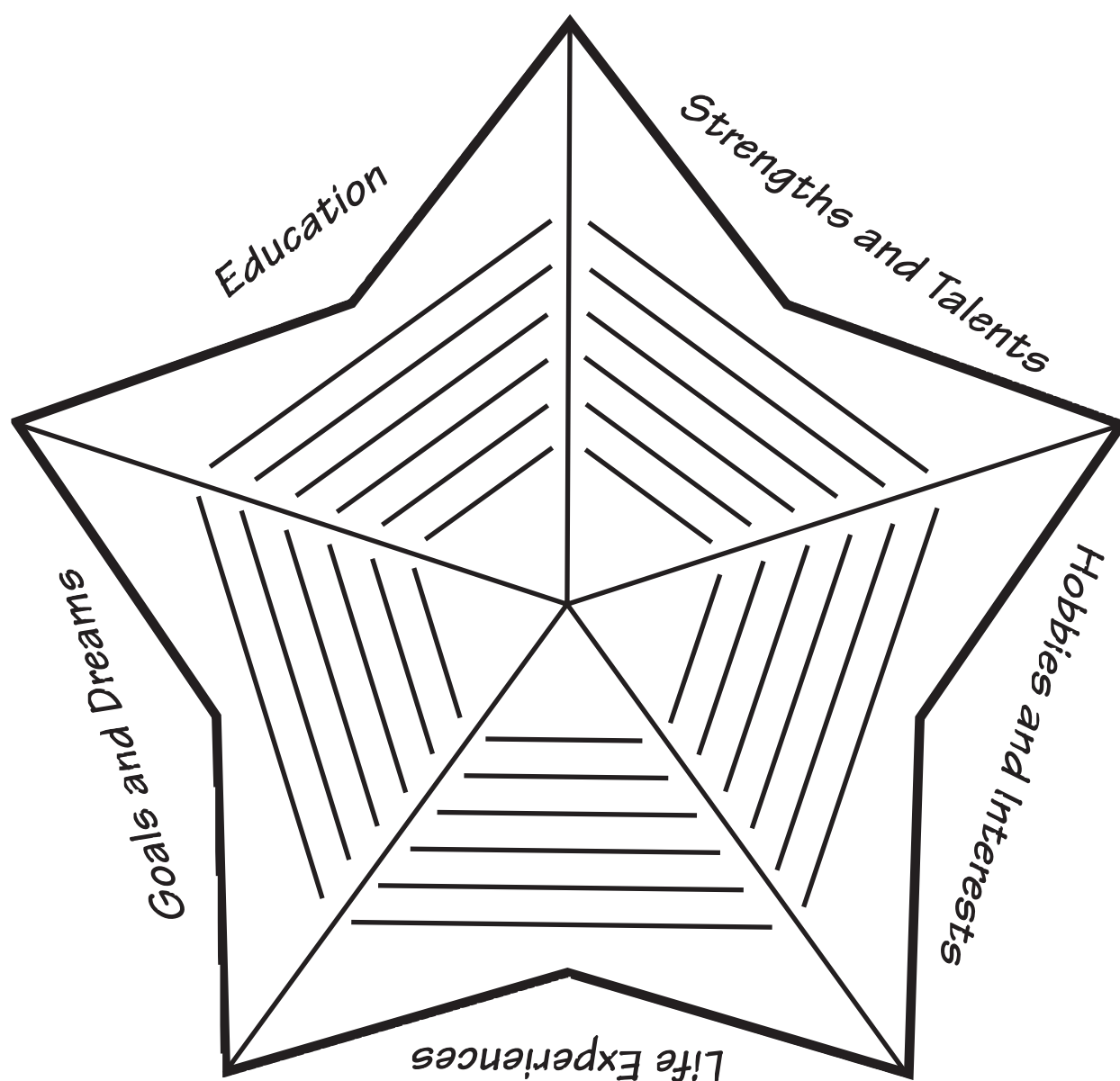
É quase impossível ser contratado quando tem menos de 16 anos, mas se for realmente ambicioso e um pouco criativo, pode ser o chefe e começar o seu próprio negócio! Daryl Bernstein escreveu um livro sobre ideias para pequenas empresas quando tinha 15 anos chamado *Melhor que uma Banca de Limonada* (Beyond Words Publishing, 1995) e aconselha: “Primeiro, pense nas suas competências e no que lhe interessa. Gosta de animais? Talvez um negócio de passear cães seja o certo para si. Acorda sempre cedo? Comece um

serviço de despertar. Em seguida, liste as consumíveis necessários (uma pá para apanhar o cocó e sacos de plástico para quem passeia cães, um telefone para as chamadas de despertar), quanto cobrar e durante quanto tempo terá para fazer isso. Faça alguns panfletos para anunciar e está pronto.” Outra dica? Ouça os adultos ao seu redor quando se estão a queixar de coisas que nunca são feitas. Seja embrulhar presentes, organizar álbuns de fotografias ou entregar a roupa da lavandaria, há muito a fazer se quiser realmente ganhar dinheiro.

*Reimpresso com autorização da revista *React*. Copyright 1998, Advance Magazine Publications, Inc. Usos: fotocopiadora, projetor opaco ou transparência principal para retroprojetor. A *React* concede autorização para reproduzir esta página para uso em salas de aula.

MAGNETISMO PESSOAL

Fatos Pessoais:



GLOSSÁRIO

MÓDULO OITO: OLHAR PARA O FUTURO

ambivalente: 1. Incerto ou sujeito a alterações; indeciso. 2. Experimentar emoções contraditórias e opostas em relação a alguém ou algo ao mesmo tempo, especialmente amor e ódio.

disputa: 1. Discutir sobre; debate. 2. Questionar a verdade de; dúvida.

pressão dos pares: A influência que alguém sente de amigos ou de outras pessoas da sua idade para se comportar de uma determinada maneira.

valores pessoais: Princípios, padrões ou qualidades que uma pessoa considera válidos ou desejáveis.

visualizar: 1. Formar uma imagem mental de. 2. Imaginar na mente; Imagine.

EXEMPLO DE CONTRATO

Eu, (nome do aluno), como membro da classe (nome do educador e tópico), declaro pelo presente o meu compromisso em relação ao projeto de aprendizagem em serviço que possa ser executado pela nossa classe. Como parte da equipa do projeto, eu concordo com o seguinte:

- ☐ Chegar à aula a horas para maximizar o nosso tempo de trabalho no projeto.
- ☐ Tratar o projeto e todo o trabalho envolvido com seriedade.
- ☐ Completar as tarefas no prazo e da melhor maneira possível.
- ☐ Manter todos os compromissos do projeto.
- ☐ Continuar a trabalhar no projeto até que seja concluído ou até que a equipa concorde que o trabalho esteja concluído.

Assinado a _____
(Data)

(Assinatura do aluno)

(Assinatura do educador)

(Assinatura da testemunha)

GUIA DE APRENDIZAGEM EM SERVIÇO E LISTA DE VERIFICAÇÃO

Escolher um projeto

- ☐ Definir “aprendizagem em serviço” para os alunos.
- ☐ Motivar e inspirar os alunos a se envolverem.
- ☐ Ajudar os alunos a escolher um tópico do projeto.

Criar um Plano de Ação e Preparar-se para o Projeto

- ☐ Definir “plano de ação” e explicar o motivo pelo qual deve ser feito.
- ☐ Explicar que informações devem ser incluídas no plano de ação.
- ☐ Familiarizar os alunos com diferentes maneiras de encontrar informações sobre a aprendizagem em serviço.
- ☐ Organizar os esforços de pesquisa dos alunos.
- ☐ Pedir aos alunos para assinarem contratos de projeto.
- ☐ Organizar os esforços de trabalho dos alunos formando equipas de projeto ou grupos de trabalho.
- ☐ Ajudar os alunos a escrever um plano de ação.
- ☐ Auxiliar os alunos na criação de um cronograma do projeto/fluxograma do trabalho.
- ☐ Pedir aos alunos que submetam o plano de ação para aprovação junto daqueles que devem aprovar o projeto.
- ☐ Preparar os alunos para fazer apresentações sobre o projeto.
- ☐ Ajudar os alunos a aperfeiçoar o seu plano de ação, se necessário.
- ☐ Guiar os alunos enquanto eles seguem as etapas descritas no seu plano de ação para se preparar para o projeto.
- ☐ Explicar a importância e os métodos para acompanhar o progresso dos alunos enquanto eles trabalham para concluir o projeto.
- ☐ Explicar o conceito e a importância de ter uma forte ética de trabalho.
- ☐ Explicar as considerações especiais que os alunos podem enfrentar enquanto trabalham no projeto.

Realizando o projeto

- ☐ Lembrar os alunos de verificar e confirmar que concluíram todo o trabalho do projeto.
- ☐ Ajudar os alunos a analisar os problemas do projeto que surgiram na última hora.
- ☐ Pedir aos alunos que percorram o projeto e criem uma agenda para o dia do projeto.
- ☐ Ajudar os alunos a concluírem seu projeto de aprendizagem em serviço.
- ☐ Celebrar.

Autoavaliação e Avaliação Pública

- ☐ Explicar o que é a autoavaliação e por que ela é útil.
- ☐ Explicar o que a autoavaliação deve incluir.
- ☐ Pedir aos alunos que façam uma autoavaliação do trabalho do projeto.
- ☐ Explicar o que é uma avaliação pública e por que é útil.
- ☐ Explicar o que uma avaliação pública deve incluir.
- ☐ Pedir aos alunos que façam uma avaliação pública de seu trabalho.
- ☐ Avaliar o impacto do projeto nos alunos e na comunidade.

FICHA DE ACOMPANHAMENTO

Nome:

Data de hoje:

Tópico do Projeto:

Nome	Tarefa	Data Alvo	Real Data	Comentários

EXEMPLO DE MEMORANDO

PARA: Srta. Grimes
DE: Equipa Guionista
RE: Relatório de Progresso Semanal
DATA: 22 de Março

Esta semana, a nossa equipa realizou as seguintes tarefas:

- Escreveu um segundo rascunho do segundo ato da peça.
- Reveu o primeiro ato, que agora está completo.
- Reuniu-se com a equipa de pesquisa para discutir as seguintes questões que ainda precisam de uma resposta para o ato final da peça:
 - Que espécies de peixes fazem parte do ecossistema do parque?
 - Como a mudança das estações afeta o ecossistema?

Temos os seguintes desafios para superar:

- O auditório da escola primária é reservado no dia em que planeamos nosso desempenho.
- Ainda não conseguimos encontrar caixas de papelão para cenários.

Na próxima semana, planeamos concluir as seguintes tarefas:

- Escrever o primeiro rascunho do terceiro e último ato da peça.
- Obter a revisão do segundo rascunho do segundo ato.
- Reagendar a data do auditório na escola primária; rever os cronogramas.
- Contactar mais lojas locais e centros de reciclagem para pedir caixas de papelão.

ADOLESCENTES FAZENDO A DIFERENÇA

POR MARGUERITE MARSH

Jogos de computador, iPods, telemóveis, mensagens de texto, ver TV, mau comportamento – esse é o perfil que algumas pessoas atribuem aos adolescentes de hoje em dia. Alguns encaixam-se neste estereótipo, mas a maioria não.

O problema é que o bom comportamento nem sempre é relatado na imprensa como o mau comportamento. Observe alguns adolescentes fazendo a diferença. Pode mudar a maneira como olha para as crianças e adolescentes até aos 18 anos de idade

Mimi Ausland

Poucas pessoas, muito menos adolescentes ou pré-adolescentes, podem dizer que criaram um Web site para alimentar animais de estimação que estavam a passar fome num abrigo local. Mas Mimi Ausland, uma jovem de 12 anos de Bend, Oregon, que era voluntária no abrigo, pode dizer que o fez - e com sucesso.

Ausland teve a ideia com base no Web site Free Rice, onde cada resposta correta a uma pergunta doa 10 grãos de arroz para o Programa Alimentar Mundial para ajudar a acabar com a fome. Em vez de arroz, ela selecionou comida para gatos e cães. Todos os dias, são publicadas duas perguntas - uma sobre gatos e outra sobre cães. Quando responde, correta ou incorretamente, doa 10 pedaços de ração para cada animal.

Segundo o seu Web site, Ausland lançou o freekibble a 1 de abril de 2008. Em 14 de maio, já tinha recolhido 109 kg de comida, que entregou ao seu abrigo local, a Humane Society of Central Oregon.

A sua primeira doação foi suficiente para alimentar 456 cães por um dia. Em 4 de janeiro de 2010, freekibble e freekibblekat, já tinha angariado mais de 142 toneladas de ração para serem divididas entre 13 abrigos nos EUA. Não é de admirar que ela tenha ganho o prémio ASPA Humane de 2008 pelos seus esforços.

Sally O'Brien

Como uma estudante de 18 anos no liceu, Upper Arlington High School, Sally O'Brien tem uma agenda lotada. Tem aulas, dá explicações a outros alunos, é a revisora do anuário do seu liceu e a editora de design da revista de artes literárias da escola. Ela também trabalha três dias por semana num restaurante local. Mas isso não a impede de ser voluntária na escola e na comunidade. “O voluntariado é uma rua de dois sentidos”, explicou O'Brien. “Não importa quanto eu dê, recebo algo em troca.”

A sua lista de projetos voluntários é extensa – na escola está envolvida com musicais escolares e nos projectos Peer Collaboration (Colaboração entre colegas), Respect Yourself (Respeita-te a ti mesmo) e o clube de luta de honra (Honor Flight Club); é também conselheira num acampamento para alunos do sexto ano designado Big Brothers Big Sisters' Camp Oty'Okwa. É voluntária todos os verões na Safety Town em Upper Arlington desde o sexto ano – e aí trabalha com crianças de 5 e 6 anos. “Eu trabalhei no escritório, fui assistente de um professor e supervisora externa”, disse O'Brien. “Eu aprendi muito. Eles ensinaram-me tanto a mim quanto eu os ensinei a eles. Sou melhor a trabalhar com pessoas. Vejo as coisas do ponto de vista deles. Aprendi a não levar as coisas tão a sério e a importância de sair e ajudar as pessoas.”

ADOLESCENTES FAZENDO A DIFERENÇA

(CONTINUAÇÃO)

Ela e suas amigas também ajudam a passear com cães no abrigo Capital Area Humane Society. “Podemos andar com cachorros e passar tempo juntos”, disse O'Brien. O seu envolvimento com cães não termina aí. Ela e sua família criam filhotes para o projeto Pilot Dogs desde 2001. Eles criaram sete filhotes até agora – mantendo-os por um ano. “Todos ajudamos com a sua observação, socialização e treino”, disse ela. “Os meus pais tiveram um grande papel nisso. Ensinar-me que eu tenho os recursos para sair e ajudar as pessoas e influenciar a comunidade. Eu tenho tempo. E ainda tenho tempo para sair com meus amigos. E ainda posso fazer o que quero, então porque não?”

Erin O'Brien

Erin O'Brien é uma estudante do ensino complementar de 16 anos na escola Upper Arlington High School e é irmã de Sally. A Erin também está voltada para a comunidade e envolvida em muitas das mesmas organizações que Sally, mas também marcha ao seu próprio ritmo. Erin doou seu cabelo ao projeto Locks of Love - para doar, o cabelo deve ter 25 cm de comprimento ou mais. “Eu sempre odiei cortar meu cabelo”, disse O'Brien. “Quando tinha 11 anos, estava pelas minhas ancas. Já fiz isto três vezes e pretendo continuar a fazê-lo.”

Ela também faz parte do programa de interação, Link Crew, na escola, que ajuda os novos alunos a adaptarem-se ao liceu; ela tem dirigido o musical anual da escola de ensino secundário local; está envolvida no programa Respect Yourself (Respeite a ti mesmo); e é também conselheira num acampamento para alunos do sexto ano designado Camp Oty'Okwa. “Todos os alunos do sexto ano vão”, disse O'Brien. “O objetivo é sermos modelos positivos. Eles podem não saber como agir num novo

ambiente. Nós partilhamos toda a experiência do acampamento.” Ela também aprendeu com os colegas do acampamento, afirmou ela. “Eles me ensinaram o valor de considerar a perspetiva de outra pessoa. E relaxar-mos e divertirmo-nos.”

Desde o sexto ano que O'Brien passa os verões em Safety Town. Atualmente é assistente de um professor, e ajuda as crianças com artesanato e ensina-lhes canções. Também ensina segurança no trânsito e como ser um peão seguro. E o que é que ela aprendeu? “Desenvolvi novas competências em termos de lidar com pessoas e competências de comunicação no decurso da minha interação com as crianças, os seus pais e os responsáveis. Está-me a preparar para um emprego adulto e as entrevistas.” O objetivo de O'Brien é estudar comunicação e talvez trabalhar em relações públicas. “Eu gosto de trabalhar com muitas pessoas”, disse ela. “O programa Safety Town provavelmente ajudou-me a perceber isso.”

O conselho de O'Brien para adolescentes que querem ser voluntários mas não conseguem escolher, é tentar a Humane Society. “É muito popular. É fácil limpar gaiolas e passear os cães. Encontre os seus talentos e a sua competência para fazer a diferença. Descubra em que é bom e de que gosta. Gosta de desporto? E que tal as Olimpíadas Especiais? Ajudar crianças? Encontre uma escola que precise da sua ajuda. Há algo para todos os tipos de interesses.”

Eryn Dalton Powell

Eryn Dalton Powell tem muito conhecimento sobre a vida aos 14 anos, tendo sido vencedora do prémio Jefferson de Columbus em 2009 em reconhecimento de serviço público, e criadora do Web site Eryn's Healing Arts. Diagnosticada com anemia

ADOLESCENTES FAZENDO A DIFERENÇA

(CONTINUAÇÃO)

falciforme (AF) quando era muito jovem, Powell passou bastante tempo no hospital pediátrico, Nationwide Children's Hospital. A ideia para a sua primeira angariação de brinquedos 'nasceu' quando ela foi hospitalizada enquanto recebia tratamento para a AF. "Pode ser muito doloroso", disse ela. "As células sanguíneas ficam entupidas nas veias. Tentei distrair-me da dor – fiz alguns desenhos e alguns cartões.

O carrinho de presentes que oferece aos pacientes itens de artes e ofícios, brinquedos, cadernos e peluches foi uma ajuda. "As pessoas doam os itens", disse ela. "Senti-me melhor sabendo que alguém estava pensando em mim."

Powell começou a sua angariação de brinquedo com os seus colegas de turma, que estavam animados para a ajudar. O seu primeiro impulso foi um sucesso tão grande que ela o tornou um evento anual, tendo até recebido ajuda da Orquestra Sinfónica de Chicago e dos professores da sua escola.

A ideia para o Web site surgiu quando a mãe dela viu os seus desenhos e fez cartões com eles. Powell agora vende os cartões no seu Web site como meio de angariação de fundos. O objetivo dela? Ajudar e educar outras pessoas com AF.

"Muitas pessoas nem sabem que têm a doença. Uma jovem de 16 anos teve um derrame e só então foi diagnosticada." Ela também só quer ajudar os outros. "Se outra pessoa se pode sentir melhor sobre qualquer coisa – eu quero fazer algo para a ajudar. Ajudar outras pessoas faz-me feliz. Eu simplesmente amo isso."

Powell tem outros planos para o seu Web site – como criar um calendário com as fotos que ela adora tirar. Mas eles terão que esperar. Por causa da AF, ela faltou a muitas aulas este ano e tem muito trabalho de casa para recuperar. Mas isso não a impedirá de nada. "Eu gosto da sensação de realização", disse ela. "Mas, ao mesmo tempo, ainda sinto que ainda posso fazer mais. Estou muito, muito feliz, mas sei que posso continuar."

Reimpresso com autorização da Dispatch Printing Company. Copyright 2010, The Dispatch Printing Company. Usos: fotocopiadora, projetor opaco ou transparência principal para retroprojetor. A Dispatch Printing Company concede autorização para reproduzir esta página para uso em salas de aula.

