

Projeto B-Link

Plano da Atividade: Rasga e Reescreve: Muda o Rumo desta história!

Palavras-chave: Bullying Cyberbullying Mudança	Competências em construção: Resolução de problemas Participação ativa Empatia Consciência social	Objetivo: Promover a reflexão crítica e empática sobre situações de <i>bullying</i> e <i>cyberbullying</i> , através da recriação de finais alternativos para histórias realistas através da procura de soluções construtivas.
Metodologia e organização em sala: Dinâmica inicial realizada em grande grupo, com espaço aberto para a participação de todos no desenvolvimento do produto final. A segunda dinâmica será realizada individualmente. Não existe necessidade de alteração da disposição do espaço físico.		Duração: 45 minutos
Apresentação geral: Para este primeiro momento de contacto com o ciclo de laboratórios e introdução ao tema, serão apresentadas várias histórias realistas de situações de bullying e/ou cyberbullying. Cada história termina com consequências para os intervenientes, mas sem apontar soluções para a resolução do problema. Num primeiro momento, num grupo grande, os participantes irão identificar o que está errado nas situações apresentadas e refletir sobre como poderiam agir perante cada caso. Numa segunda fase, de forma simbólica e em pequenos grupos, os participantes irão rasgar o final da história, apagando assim uma conclusão que, embora realista, não promove a mudança. Com a narrativa agora em aberto, cada grupo será desafiado a imaginar e a construir um novo final positivo, orientado para a resolução do problema, a redução das consequências e a promoção de atitudes que previnam o bullying no futuro.		
Produto final: Este pretende ser um exercício que estimula a empatia, o pensamento crítico e a procura ativa de soluções, tornando cada participante um agente de mudança. Em termos materiais teremos histórias reconstruídas em conjunto que mais tarde poderão ser expostas no momento final do programa.		

Atividade/Dinâmica	Estratégias	Material	Duração
Apresentação geral do tema do projeto e do plano de sessões a realizar.	Utilizar uma apresentação simples e direta do plano para envolvimento, motivação e compromisso do grupo.	- Apresentação para ser projetada.	5 minutos
Apresentação de três histórias realistas de situações de <i>bullying</i> e/ou <i>cyberbullying</i> .	As histórias devem ser exploradas uma de cada vez, permitindo a evolução dos resultados conforme a prática avança. Para condução da alteração do final de cada história podem ser colocadas algumas questões orientadoras que permitam uma melhor reflexão, tais como: - O que fariam ao ver uma situação destas a acontecer? - O que poderia ter sido feito de diferente? - Como acham que a vítima se sentiu? - Que atitudes ajudam a reduzir ou impedir situações de <i>bullying</i>?	- Histórias em anexo impressas; - Material de escrita.	20 minutos
Momento de rasgar as histórias e reconstruir	As histórias devem ser trabalhadas uma de cada vez, permitindo que os participantes avancem gradualmente e que a reflexão se aprofunde à medida que a prática evolui. Para orientar a alteração do final de cada história, pode-se colocar questões reflexivas, ajudando o grupo a pensar em soluções mais construtivas, tais como: • O que fariam se estivessem perante uma situação destas? • O que poderia ter sido feito de diferente? • Como acham que a vítima se sentiu? • Que atitudes podem ajudar a reduzir ou impedir situações de <i>bullying</i>?	- Material de escrita.	15 minutos
Partilha final e livre das histórias que cada grupo escreveu	Cada grupo apresenta grupo o novo final que criou para a história. Nesta fase, não serão feitos comentários ou debate, trata-se apenas de um momento de escuta das soluções e ideias desenvolvidas pelos grupos.	- Sem necessidade de material.	5 minutos.
Duração total da sessão:			45 minutos

Anexo: Histórias

1ª História

Título: O recomeço da Maria

Descrição: A Maria tinha acabado de se mudar para uma nova cidade e estava prestes a conhecer a sua escola. Apesar da mudança ser grande, estava entusiasmada e ansiosa por fazer novos amigos e recomeçar.

No entanto, o seu primeiro dia não correu como esperava. Os seus óculos e o aparelho nos dentes, que usava por motivos de saúde, tornaram-se alvos de risos e comentários maldosos por parte de alguns colegas. Inicialmente, tentou ignorar, convencendo-se de que tudo passaria com o tempo. Mas os episódios repetiram-se dia após dia, sobretudo nos intervalos, quando os adultos estavam ausentes.

Com o passar das semanas, a situação agravou-se. Para além das palavras cruéis, começaram os empurrões e os puxões de cabelo. A Maria sentia-se cada vez mais isolada. Começou a fingir que estava doente para evitar ir à escola. Quando já não conseguia continuar com essa desculpa, escondia-se no recreio ou chegava atrasada de propósito.

Aos poucos, deixou de reconhecer a menina alegre e curiosa que costumava ser. Evitava olhar-se ao espelho, recusava sair de casa e não conseguia contar a ninguém o que estava a viver. Sentia-se invisível, incompreendida e profundamente sozinha.

A mudança que tanto a tinha entusiasmado transformara-se num pesadelo.

2ª História

Título: Novos amigos...

Descrição: Um novo ano letivo estava a começar e o Tiago tinha integrado uma turma nova. Estava nervoso mas também esperançoso de que iria fazer amigos rapidamente.

No primeiro dia, conheceu logo um grupo de colegas que pareciam ser os mais populares da turma. Riam alto, faziam piadas constantes e todos pareciam querer estar perto deles. O Tiago ficou muito entusiasmado quando foi convidado para se juntar ao grupo. Finalmente não estaria sozinho e iria tornar-se popular.

Mas rapidamente percebeu que, para ser aceite naquele novo grupo de amigos, teria de seguir algumas das suas regras e comportamentos. Esses comportamentos incluíam gozar com colegas considerados “diferentes”, como por exemplo, o rapaz que gaguejava, a colega que usava roupas fora de moda ou o colega que tinha dificuldades em algumas disciplinas.

No início, Tiago limitava-se a rir das piadas, mas com o tempo, também ele começou a participar fazendo comentários maldosos, imitando os colegas e, por vezes, até acabava por dar alguns empurrões. Às vezes sentia-se mal depois, mas voltava a ficar entusiasmado por estar a ser aceite naquele grupo e com a ideia de se poder tornar um dos alunos mais populares da escola.

3ª História:

Título: A espetadora

Descrição: A Beatriz era uma aluna discreta. Na maior parte do tempo, preferia observar em vez de intervir. Desde que entrou para a nova turma, percebeu que alguns colegas eram alvo de piadas, comentários e apelidos ofensivos e humilhantes.

Nos intervalos, via muitas vezes um grupo a gozar com vários colegas e quando navegava na internet, nos grupos de mensagens da turma, lia comentários maldosos.

A Beatriz via, lia e sabia, mas nunca dizia nada, apenas pensava para si própria: *“Não é comigo... não me vou meter.”*. Perante tudo o que via limitava-se a rir discretamente ou a ignorar, sem tomar partido.

Durante algum tempo esta sua atitude parecia em nada interferir com a situação, mas isso mudou quando, sem motivo aparente, ela própria começou a ser o centro das piadas. Alguém partilhou uma foto dela num grupo da turma, com um comentário maldoso sobre o seu cabelo. Em pouco tempo, os risos multiplicaram-se, tanto na escola como nas redes sociais.

Beatriz não sabia o que fazer. Era agora o seu nome, o seu rosto, a sua dignidade a serem postos em causa. Tentou ignorar, como tinha feito antes quando os outros eram as vítimas. Mas percebeu que não era assim tão simples...

Com o passar das semanas aqueles que antes eram espectadores como ela, agora riam-se dela.

A Beatriz sentia-se profundamente sozinha. O silêncio que escolheu quando os outros precisavam transformou-se também no silêncio dos que poderiam agora ajudá-la.