Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

SIEP

GENERATING SOCIAL INCLUSION THROUGH EDUCATION PILLS AND THEATRE OF OPPRESSED AROUND THE WORLD

MANUAL SIEP EM FORMATO VIRTUAL

fundación aspaym castilla y león

ROSTO SOLIDÁRIO
Organização Não Governamental para o Desenvolvimento

Cepay Centro de Estudios Paraguayos Antonio Guasch

ideac

BB&R BIDERBOST BOSCAN ROCHIN

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Material desenvolvido no âmbito do projeto SIEP - GENERATING SOCIAL INCLUSION THROUGH EDUCATION PILLS AND THEATRE OF OPPRESSED AROUND THE WORLD

With the support of the Erasmus+ Programme of the European Union

Coordenador:
Fundación ASPAYM Castilla y León, Valladolid, Spain

Parceiros:

Biderbost Boscan Rochin, Espanha

Centro de Estudios Paraguayos Padre Antonio Guasch, Paraguai

Instituto de Desarrollo de la Economía Asociativa. República Dominicana

Rosto Solidario - Portugal

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

ÍNDICE

1. DESCRIÇÃO DO PROJECT... 6
    1.1. Objetivos... 6
    1.2. Grupos alvo... 7
    1.3. Parceiros... 7

2. INTRODUÇÃO AO TEATRO DO OPRIMIDO... 10
    2.1. Similitudes entres la pedagogía crítica de Paulo Freire y el T.O.... 10
    2.2. A árvore do Teatro do Oprimido... 11

3. SOBRE O BULLYING Y CYBERBULLYING... 14

4. ANÁLISE DO CONTEXTO DE CADA PAÍS ... 15
    4.1. Dados Oficiais... 15
    4.2. Grupos Focais... 17
    4.3. Marco legal/Normativo... 26
    4.4. Programas destinados à sua prevenção em cada um dos países... 30

5. PLATAFORMAS VIRTUAIS PARA APLICAR O SIEP... 33
    5.1. Blackboard... 33
    5.2. PowToon... 33
    5.3. Socrative... 33
    5.4. Zoom... 34

6. PROPOSTAS EDUCATIVAS EM FORMATO VIRTUAL... 35

7. AVALIAÇÃO... 38
    7.1. Avaliação Antes-Depois... 38
    7.2. Questionários Socrative... 40

8. BIBLIOGRAFIA... 44

9. ANEXOS... 46
    9.1. Adaptação das propostas educativas ao formato online... 47
    9.2. Questionário de Avaliação Antes-Depois... 103
    9.3. Quiz socrative... 106

1. DESCRIÇÃO DO PROJETO

Uma das prioridades mais importantes da União Europeia é a "Estratégia Europa 2020", que enfatiza o papel da educação e da formação na implementação das políticas de juventude, no sentido de se atingir um crescimento inteligente, sustentável e inclusivo.
Isto incluiu, portanto, a promoção da inclusão social de pessoas com menos oportunidades.
Desde a "Estratégia de Lisboa" que se identifica a necessidade de fomentar a participação dos jovens na vida democrática da Europa através de atividades de aprendizagem não formal, com o objetivo de melhorar as suas habilidades e competências e de promover uma cidadania ativa para reduzir a exclusão social.
É através do diálogo contínuo e do intercâmbio de informação e de boas práticas que é possível promover uma maior compreensão da exclusão social.
Desta forma, este consórcio surge da necessidade de se permitir o acesso das nossas organizações e trabalhadores juvenis a oportunidades de capacitação e cooperação, estabelecendo-se um espaço para o diálogo e desenvolvimento de competências, que permitam promover a diversidade e prevenir a exclusão social, centrando-nos no estudo de casos relacionados com bullying e cyberbullying.

1.1. OBJETIVOS

Objetivo principal

O principal objetivo é ensinar como detetar as barreiras e atitudes sociais e partilhar boas práticas no sentido da mudança social, podendo assim prevenir a exclusão social.

Objetivos secundários

- Proporcionar um espaço de debate e intercâmbio de boas práticas, baseadas em contribuições teóricas e práticas sobre a inclusão de jovens, com ou sem incapacidades, e com menos oportunidades.
- Criar um programa de formação e educação para prevenir e intervir em casos de bullying e cyberbullying, através de uma abordagem participativa baseada nas TIC.
- Partilhar boas práticas de inclusão, melhorando assim a qualidade de organização de atividades juvenis inclusivas nas entidades do projeto.

- Formar cidadãos atenciosos e críticos, comprometidos com a diversidade que os rodeia (os jovens têm empatia e tomam consciência do quotidiano das pessoas com deficiência ou com menos oportunidades).
- Melhorar a qualidade de vida dos jovens com deficiência ou com menos oportunidades, facilitando a sua inclusão em todas as áreas políticas, promovendo a sua independência e participação.
- Promover relações positivas entre os jovens, criando redes pessoais entre si e promovendo o empoderamento dos jovens participantes, em geral, e dos jovens com diferentes capacidades funcionais, em particular.
- Construir e / ou fortalecer organizações associadas aos países parceiros da UE e da América Latina.

1.2. GRUPOS ALVO

Jovens dos 14 aos 30 anos dos diferentes países: Espanha, Portugal, República Dominicana e Paraguai.

1.3. PARCEIROS

Fundación ASPAYM Castilla y León, de Espanha.

A Fundação visa promover a autonomia, igualdade de direitos e oportunidades e melhorar a qualidade de vida das pessoas com deficiência física, permitindo-lhes uma inserção significativa na sociedade. O trabalho na área de serviços sociais é utilizado para ajudar as pessoas ao longo do seu ciclo de vida e é apoiado por especialistas como neurologistas, fisioterapeutas, assistentes sociais, educadores, fonoaudiólogos, psicólogos, especialistas em visão, engenheiros da computação e investigadores.
Nos últimos anos, a Fundação tem desenvolvido diversos projetos na área das TIC e tem promovido fortemente a utilização de novas tecnologias como ferramenta para melhorar a reabilitação e qualidade de vida das pessoas com deficiência.

Instituto de Desarrollo de la Economía Asociativa (IDEAC), da República Dominicana:

Trabalha com os valores da Economia Social e Solidária através das seguintes estratégias:

- Capacitar as organizações que são acompanhadas pelo IDEAC e promover uma prática baseada na Economia Social e Solidária.
- Desenvolver iniciativas de participação que gerem uma mudança geracional no movimento da Economia Solidária.
- Promover alianças e articulação com organizações ligadas ao movimento de Economia Solidária
- Introduzir o conceito de Economia Social e Solidária em diferentes setores económicos, sociais e políticos.
- Propor e promover um enquadramento jurídico favorável à Economia Solidária.
- Promover a constituição de empresas e a sua articulação em estruturas de integração.
- Gerir alianças com agências, ou pessoas dentro delas, e instituições nacionais para garantir o financiamento dos objetivos do plano estratégico e ações futuras, ao mesmo tempo que promove estratégias para reduzir a dependência do financiamento da cooperação.

Biderbost Boscan Rochin (BB&R), de Espanha:

É uma consultora internacional com um histórico destacado na responsabilidade social corporativa na área da juventude. A sede está localizada em Salamanca, um centro universitário de excelência no sul da Europa. A sua equipa humana é formada por dez jovens profissionais de diversas culturas e áreas académicas.
A BB&R tem realizado projetos para diferentes organizações internacionais (União Europeia, Fundação UE-LAC, Banco Interamericano de Desenvolvimento, Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento, Banco Mundial, Organização Internacional para as Migrações), ONGs e agências governamentais (Espanha, Brasil, Noruega, Canadá, Bulgária). A BB&R procura agregar valor através da incorporação de ferramentas e estratégias que capacitem jovens e trabalhadores juvenis para uma inserção bem-sucedida no mercado de trabalho e na cidadania ativa.

Rosto Solidário (RS), de Portugal:

O trabalho visa promover a cidadania global e a solidariedade, melhorando o desenvolvimento humano e social das comunidades locais. Os princípios básicos da RS são a participação cívica, a integração social, a solidariedade, o trabalho em rede e o associativismo. O âmbito de trabalho inclui quatro áreas principais: cooperação internacional para o desenvolvimento, educação para a cidadania global, voluntariado e apoio social. Igualdade de género, direitos humanos e inclusão social são temas transversais em todos os projetos implementados. Também se adotam abordagens de educação não formal para promover oportunidades de aprendizagem ao longo da vida, seguindo a estrutura da cidadania global.
O estatuto jurídico de utilidade pública da RS como ONG foi reconhecido pelo Ministério dos Negócios Estrangeiros em 2008. Como membro da Plataforma Portuguesa NGOD, está representada tanto no Grupo de Trabalho sobre Educação para o Desenvolvimento como no Grupo de Trabalho sobre Ética.
A RS é uma organização acreditada de acolhimento e envio de projetos do Serviço de Voluntariado Europeu desde 2011. Ao nível local, a RS é membro da Rede Social do concelho de Santa Maria da Feira (uma rede local de 115 organizações que prestam serviços sociais, de acordo com o Plano de Ação Nacional para a Inclusão).

Centro de Estudios Paraguayos Padre Antonio Guasch (CEPAG), de Paraguai:

É uma organização sem fins lucrativos dos Jesuítas no Paraguai. O CEPAG é autónomo na sua organização-funcionamento e autossuficiente na gestão do seu património e recursos, de forma a apoiar, formar e investigar nos domínios da cultura, da educação e da ação social a favor da juventude. Os projetos de capacitação do CEPAG destinam-se a diferentes grupos-alvo (profissionais, indígenas, líderes sociais, formadores de opinião), mas com ênfase especial nos jovens trabalhadores e nos jovens com menos oportunidades.
O objetivo principal destes projetos é gerar, por um lado, boas práticas nos campos da cultura, educação e ação social e, por outro, desenvolver competências e habilidades que possam contribuir para a mudança social e o fortalecimento dos setores socialmente desfavorecidos, especialmente jovens com menos oportunidades.

2. INTRODUÇÃO AO TEATRO DO OPRIMIDO

O Teatro do Oprimido é uma metodologia muito útil para aprender a detetar, analisar e tornar visíveis situações de desigualdade e opressão, como aquelas que ocorrem nos casos de bullying e cyberbullying. Permite que as pessoas experienciem e reflitam sobre os problemas e barreiras sociais que estão no seu meio, tendo uma melhor compreensão de si mesmas, das suas comunidades e do mundo e, assim, serem capazes de transformar essa realidade.

Desta forma, é uma ferramenta inovadora que serve para promover a inclusão social e a cidadania ativa.

O T.O. é um movimento teatral, originalmente desenvolvido por Augusto Boal no Brasil ao longo dos anos 70. Este tipo de teatro apresenta uma formulação teórica e um método estético, que integra um conjunto de exercícios físicos, jogos e técnicas teatrais pensadas com o objetivo de fazer da linguagem teatral um instrumento libertador e de luta para transformar situações de injustiça social que colocam determinados grupos sociais em situação de desvantagem em relação a outros (Badía, 2008 & Ibarzabal, 2015).

2.1. SIMILITUDES ENTRES LA PEDAGOGÍA CRÍTICA DE PAULO FREIRE Y EL T.O.

FIGURAS OPRESSOR-OPRIMIDO

Aparecimento necessário da relação dicotómica entre duas figuras principais, conhecidas como o opressor e o oprimido.

CONCIÊNCIA SOCIAL

Conhecimento sobre a situação de conflito social e as estruturas macrossociais geradoras e perpetuadoras das dinâmicas de opressão

RELAÇÂO DIALÓGICA

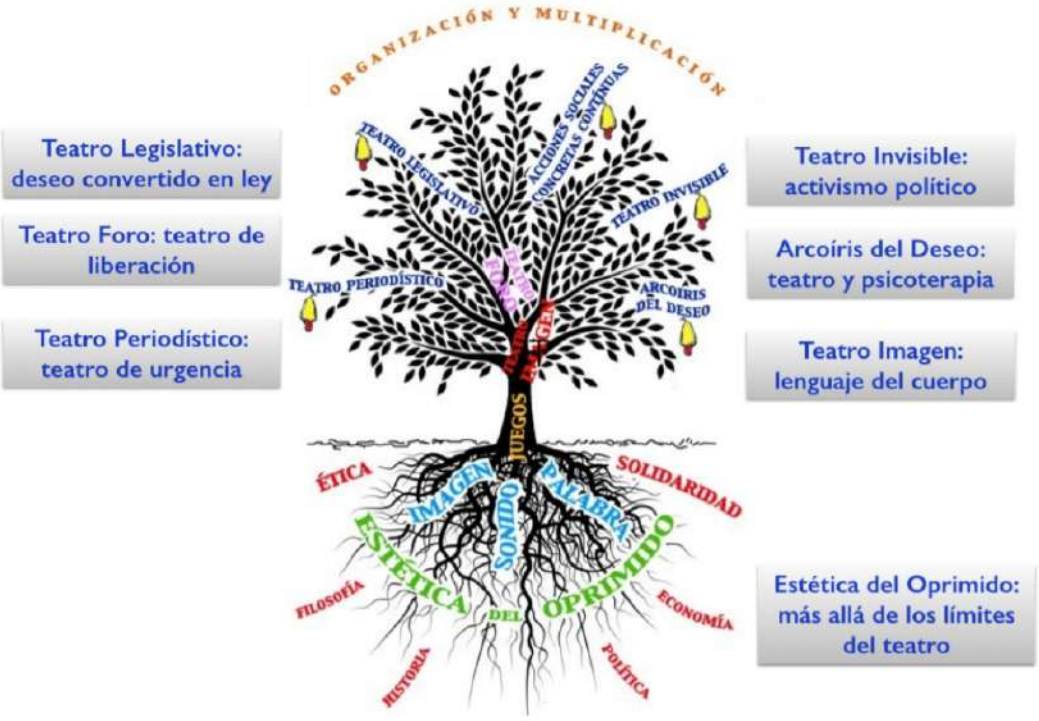
Freire considera a necessidade do diálogo permanente entre o opressor e o oprimido, ao qual Boal acrescenta o diálogo entre o público e os atores.

EDUCAÇÂO CRÍTICA

A promoção de uma educação crítica e participativa que fomente a transformação perante uma situação de conflito social.

2.2. A ÁRVORE DO TEATRO DO OPRIMIDO

Esta árvore representa o método TO (estrutura pedagógica, princípios filosóficos, especificidade estética e objetivos políticos).
Metáfora para a combinação de permanência e transformação que se harmonizam e se complementam. Para crescer externamente, precisa ter raízes fortes internamente. Para viver está em constante diálogo com o meio ambiente.



2.2.1. JOGOS E EXERCÍCIOS

Ao brincar estamos a conectar-nos com a experiência simbólica, com a interconexão entre nós e com o meio; a brincadeira leva-nos à des-mecanização das estruturas e movimentos musculares; conecta-nos com a capacidade de rir; com a liberdade e também com a norma, com acordos coletivos para que o jogo seja respeitoso e a convivência seja possível (Forcadas, 2015).

2.2.2. ESTÉTICA DO OPRIMIDO

Esta modalidade alimenta-se dos elementos mais essenciais, dos nossos próprios sentidos e recursos de comunicação e compreensão: a IMAGEM, a PALAVRA e o SOM.

2.2.3. TEATRO PERIODÍSTICO

É uma técnica muito poderosa para relacionar as opressões pessoais e grupais com a informação social atual, e vice-versa (a partir das notícias da imprensa, por exemplo) e para se conectar com a realidade do grupo e suas causas. Permite-nos ler para além das notícias, conhecer mais sobre os temas que estão a ser trabalhados ou tornar mais complexa a representação do quadro que permite o conflito social que representamos. (Motos, 2009 & Forcadas, 2015).

2.2.4. TEATRO LEGISLATIVO

Implica um processo participativo que se articula a partir de diversas apresentações de Teatro-Fórum e a posterior sistematização das propostas ensaiadas, para serem apresentadas como proposta legislativa. É uma experiência abrangente de mobilização cidadã, canalizando o debate social e a articulação concreta de propostas de mudança e reconhecimento jurídico dos direitos dos cidadãos, com base na experiência estética da T.O. (Motos, 2009 & Forcadas, 2015).

2.2.5. TEATRO INVISÍVEL

É uma técnica para chegar a uma população que não virá voluntariamente a um espaço de debate ou reflexão estética. Requer uma boa preparação dos argumentos e a representação de vários discursos no contexto quotidiano, sem se saber que se trata de uma ação preparada. O objetivo nada mais é do que acender o debate público sobre uma questão ou situação específica (Motos, 2009 & Forcadas, 2015).

2.2.6. TEATRO IMAGEM

Série de exercícios para fotografar experiências vividas ou imaginadas. Imagens que criamos e esculpimos através dos nossos corpos. Isso permite-nos identificar uma secção específica, um momento-chave da situação ou questão que queremos tornar visível. Ao mesmo tempo conectam-nos com a ideia de polissemia, com a ideia de que a diversidade de interpretações de uma mesma imagem facilita o olhar comum e a sua aceitação facilita a convivência na diversidade e a abertura da criatividade (Forcadas, 2015).

2.2.7. O ARCO IRIS Do DESEJO

Esta proposta adiciona uma diversidade importante de técnicas para externalizar opressões internalizadas. Trata-se de dar rosto, corpo, voz e ação a mensagens, ideias, valores e crenças que, com o passar do tempo e a opressão cultural e material de cada lugar e momento, foram se instalando no circuito interno de pessoas e grupos. . Costuma ser utilizado para a compreensão e construção mais complexa das personagens nas peças de Teatro-Fórum, ou para investigar com maior profundidade uma situação ou personagem no processo de criação teatral e para compartilhar experiências, entrando em camadas mais profundas. Permite-nos revelar a diversidade de cores e vozes internalizadas na mesma situação (Motos, 2009; Salvador, 2011 & Forcadas, 2015).

2.2.8. MULTIPLICAÇÃO

É uma aventura de reconhecimento da aprendizagem realizada e da vontade de partilhar um método sempre em expansão e disponível para ser adequado a quem precisa e o deseja (Forcadas, 2015). Portanto, considera-se que a sua divulgação é necessária.

2.2.9. TEATRO FÓRUM

A experiência na criação, representação e dinamização de peças do Teatro Fórum é muito rica, formando o eixo central do Teatro do Oprimido. No fórum é gerado um espaço de diálogo coletivo onde aprendemos com o que vemos, com o que falamos, mas sobretudo com o que ensaiamos em palco. Subir ao palco permite-nos reconhecer-nos desde o energético e vital (necessário e desejado), mostra-nos capazes de fazer as coisas à nossa maneira, permite-nos sentir-nos coprotagonistas do que acontece e, assim, tornarmo-nos sujeitos com capacidade de proposição e ação no quadro coletivo de interação.

3. SOBRE O BULLYING Y CYBERBULLYING

BULLYING

O bullying é um comportamento agressivo e indesejado entre os jovens, onde existe uma desigualdade de poderes (reais ou percebidos). É reconhecido como um problema grave e complexo, pois tem consequências negativas na saúde e na esfera social (tanto para o opressor como para o oprimido).

TIPOS DE BULLYING

FÍSICO

É qualquer forma de agressão física que fere o corpo da vítima; podem ser golpes, empurrões, arranhões, puxões de cabelo, pontapés ou até mesmo ataques com um objeto usado como arma.

VERBAL

Implica que a vítima seja atacada com palavras, insultos, apelidos e provocação.

PSICOLÓGICO

É configurada por meio de ameaças e / ou provocações persistentes que afetam a autoestima da vítima e aumentam a sua sensação de medo.

SOCIAL

Faz com que as vítimas se isolem. Isso é feito ignorando, excluindo ou espalhando boatos sobre elas.

SEXUAL

É qualquer tipo de abuso, chantagem e / ou ameaça que esteja relacionado com uma questão sexual. Podem intimidar, fazer comentários sexualmente ofensivos, levantar roupas ou baixar as calças para provocar. Pode até mesmo tocar ou submeter a vítima a situações sexuais com as quais ela não concorda.

CYBERBULLYING

Cyberbullying é o uso de tecnologias eletrónicas para intimidar ou assediar outra pessoa pela Internet. Um em cada cinco jovens foi exposto ao cyberbullying pelo menos uma vez na vida. Este é um dos maiores riscos associados à Internet.

4. ANÁLISE DO CONTEXTO DE CADA PAÍS

4.1. DADOS OFICIAIS

4.1.1. ESPANHA

Entre adolescentes de 12 a 16 anos, já foram realizados estudos que mostram que quase 10% dos alunos sofreram bullying, sendo as meninas as mais abusadas, com 10%, e os meninos, com 7%. O bullying em Espanha é um problema que muitos rapazes e raparigas sofrem diariamente, mesmo que se pense que é um mito.

- A idade em que se sofre mais bullying é entre 12 e 13 anos, que é quando se entra na escola secundária.
- Em Espanha, 1 em cada 5 crianças foi vítima de bullying, com uma percentagem mais elevada de raparigas do que de rapazes.
- A nível regional, o último relatório elaborado pelo Observatório de Coexistência de Escolas de Castela e Leão destaca que, no ano letivo 2016/17, 60% das escolas reportaram algum tipo de incidente.
- Nos dados do último ano analisados 2017/18, detalha-se que a Direção investigou 129 casos de alegados bullying em Valladolid, dos quais apenas 32 puderam ser confirmados.

4.1.2. PORTUGAL

Em Portugal, os dados sobre bullying e cyberbullying provêm de diferentes fontes, incluindo forças de segurança, relatórios internacionais e estudos nacionais. Tendo em conta todos estes dados, o fenómeno do bullying e do cyberbullying nos últimos 15 anos revela-se um problema preocupante e presente no contexto da escola portuguesa:

- Em relação ao fenómeno do bullying, em termos gerais, a maioria dos agressores e vítimas tem menos de 16 anos;

- Em 2015, no documento do UNICEF "Um rosto familiar: Violência na vida de crianças e adolescentes", Portugal foi o 15º país com mais relatos de bullying na Europa e na América do Norte. Entre 31% e 40% dos adolescentes portugueses com idades compreendidas entre os 11 e os 15 anos afirmaram ter sofrido bullying na escola uma vez em menos de dois meses.

- Relativamente ao cyberbullying, um estudo realizado em Portugal revelou que 1 em cada 6 alunos do ensino básico e secundário foi vítima de ameaças ou difamação através de redes sociais.

4.1.3. PARAGUAI

No Paraguai, existem poucos dados estatísticos precisos sobre a incidência de Bullying e Cyberbullying, uma vez que a maioria desses dados provém de fontes não oficiais, como jornais digitais.
No entanto, um trabalho de investigação realizado ao nível local aponta para a baixa frequência de agressão física no bullying escolar, enquanto que o bullying verbal e a manipulação social são mais frequentemente vistos como formas de bullying tão veladas que raramente são reconhecidos como manifestações desse fenómeno.
Isso deve-se ao facto de grande parte das crianças e adolescentes vítimas de bullying não perceberem que esse fenómeno envolve muito mais do que a agressão física, situação que pode se traduzir na percentagem de denúncias feitas, subestimando os casos reais.
Segundo a Dra. Silvia González, presidente de uma ONG que intervém com crianças vítimas de bullying e mulheres agredidas em todo o país, a maioria das estatísticas expostas pelos órgãos competentes mostra apenas os dados que chegam por meio dos seus canais. São calculadas cerca de 300 reclamações por ano; portanto, pode-se especular que os casos reais podem atingir números ainda mais alarmantes.

4.1.4. REPÚBLICA DOMINICANA

Na República Dominicana, a prevalência de bullying é alta nas escolas públicas dominicanas, com uma taxa relatada de 33,6%.
Os alunos relatam que o bullying verbal é o mais comum e que ocorre com mais frequência durante o recreio e outras horas de lazer no ambiente escolar. 20,2% dos alunos admitiram ter sido vítimas de furto ou quebra dos seus pertences e 16,7% referiram ter sido "insultados e ridicularizados" permanentemente.
Crianças violentas na escola foram, na sua maioria, vítimas de violência.
21% dos adolescentes questionados afirmaram que já disseram a um colega que ele não vai dar em nada se continuar a comportar-se mal e 29% usam comparações de um aluno com outro como forma de gestão do comportamento.

4.2. GRUPOS FOCAIS

Para detetar e documentar os pensamentos, opiniões e atitudes em relação à incidência do bullying em cada país, trabalhamos com uma amostra de 96 jovens entre os 14 e os 30 anos, com e sem deficiência e com características socioeconómicas diferentes. .
A contextualização do questionário e a necessidade de se ser honesto nas respostas foram explicadas aos jovens.
Neste questionário, os jovens responderam a uma série de perguntas sobre o bullying e sobre diferentes situações relacionadas com o fenómeno.

Em seguida será realizada uma análise descritiva das respostas que estes jovens assinalaram, complementada com diversos gráficos e tabelas.

Relativamente ao conceito que os participantes têm de bullying, a maioria dos avaliados indica que é uma forma de abuso e que causa dor (78%). Por sua vez, 14% dos alunos indicam que o bullying é uma forma de o agressor expressar o seu estado de espírito, enquanto 2% dos inquiridos afirmam que o bullying é algo normal, algo que acontece à medida que crescemos (ver figura 1).

Gráfico 1

Em relação à necessidade de uso da violência para casos de proteção, 49% dos participantes indicam que não parece correto usar qualquer forma de violência como mecanismo de defesa pessoal.

No entanto, cerca de 23% dos entrevistados relatam que recorrem à violência ocasionalmente, enquanto para outros 19% é totalmente inaceitável usar comportamento violento, mesmo que seja reservado exclusivamente para salvaguardar a integridade pessoal.
Por fim, 9% dos participantes tendem a usar a violência quase sempre no caso de precisarem de se defender(ver gráfico 2).

Gráfico 2

Por outro lado, questionou-se sobre as respostas que os participantes teriam no caso de observarem um grupo de amigos a irritar permanentemente outra criança e / ou adolescente, fazer brincadeiras, empurrar, tirar os seus pertences, etc. Das respostas percebe-se que a grande maioria interviria, pedindo aos amigos que parassem de incomodá-lo e indicando que as suas ações não eram corretas (66%). Porém, 21% dos inquiridos limitar-se-iam a observar a situação sem interferir, mesmo que não concordassem com esse tipo de atitude. Por fim, 13% procederia à denúncia do incidente, dando conhecimento às autoridades ou a outros responsáveis. (ver gráfico 3).

Gráfico 3

Por outro lado, caso algum colega os incomodasse diariamente, chegando a ameaçar agredi-los, 34% dos inquiridos prefeririam isolar-se, tentando passar despercebidos.
De forma distinta, 49% procuraria os pais ou uma pessoa de confiança para obter ajuda e orientação.
No entanto, 14% dos participantes escolheria agredir o seu par, muitas vezes terminado numa luta entre eles (ver gráfico 4).

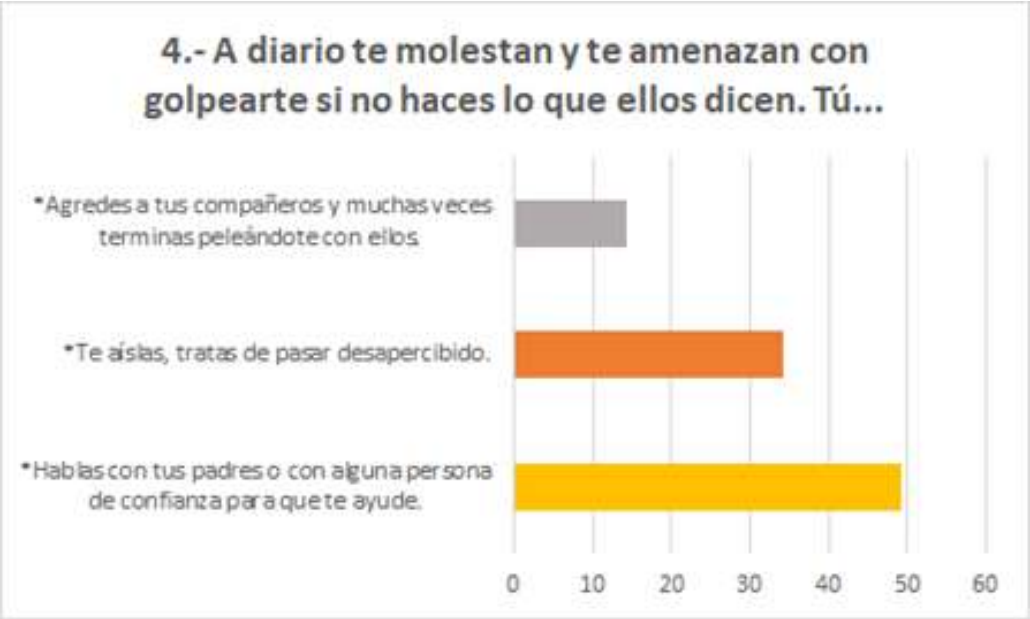


Gráfico 4

Em relação à perceção dos participantes sobre quem é afetado pelo bullying, verifica-se que a grande maioria tem a perceção de que o bullying não atinge apenas a vítima, mas sim, todos (65%).
No entanto, 29% dos avaliados ainda pensa que o bullying atinge exclusivamente a vítima, ou seja, as crianças ou jovens que são alvos diretos desta forma de assédio.
Apenas 3% considera que afeta as crianças ou jovens que o veem (as testemunhas) e outros 3% os agressores (ver gráfico 5).

Gráfico 5

Por sua vez, após se analisar as respostas em relação às consequências do bullying, destaca-se que 84% dos participantes considera que o principal resultado do bullying é o desenvolvimento do medo pelo agressor.
Outras consequências emergentes são o abandono escolar (62%) e notas baixas (45%).
No entanto, 3% dos entrevistados indicam que o bullying não tem consequências para os sujeitos envolvidos (ver gráfico 6).

Gráfico 6

Em seguida, após avaliação das medidas que os participantes implementariam para interromper uma situação de bullying, observou-se que a grande maioria intervinha, pedindo aos amigos que parassem de incomodar as vítimas e indicando que as suas ações não eram corretas (66%). Porém, 54% dos examinados refere que iria contar o sucedido, dando conhecimento aos seus pais.

Por fim, 17% dos avaliados limitar-se-iam a observar a situação sem interferir (ver gráfico 7).

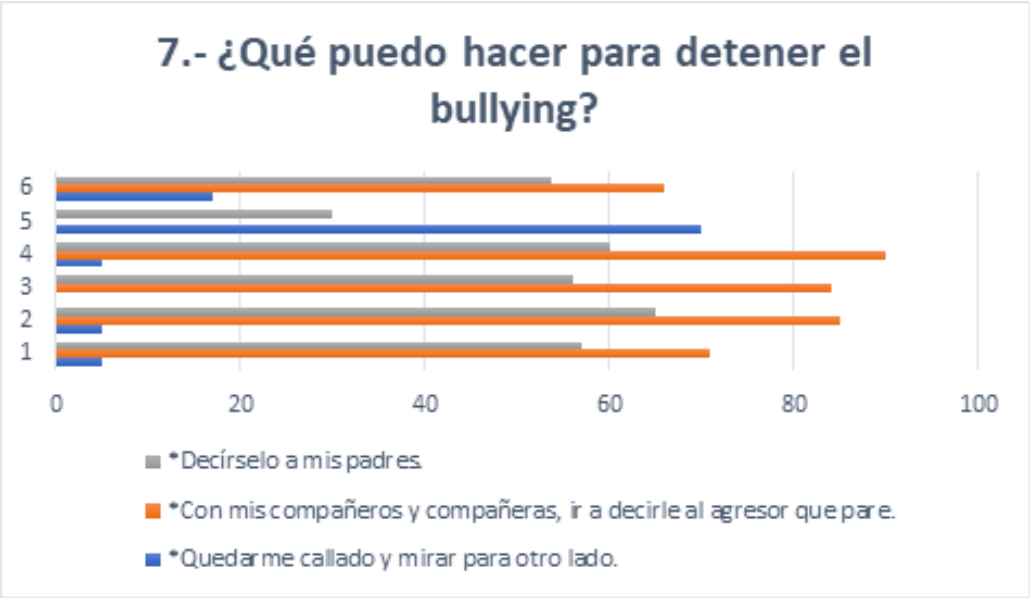


Gráfico 7

Em relação ao grau de precisão conceptual dos avaliados a respeito do Cyberbullying, os dados revelam que 60% entende esse fenómeno como o ato de entrar em redes sociais para publicar informações sobre uma pessoa sem o seu consentimento e com a intenção de causar-lhes dano. Em segundo lugar, 49% da amostra sugere que se trata da utilização de ferramentas informáticas para falar com pessoas desconhecidas, enquanto 15% refere que o Cyberbullying está relacionado com a visita a páginas web com conteúdo sexual e / ou violento (ver gráfico 8).

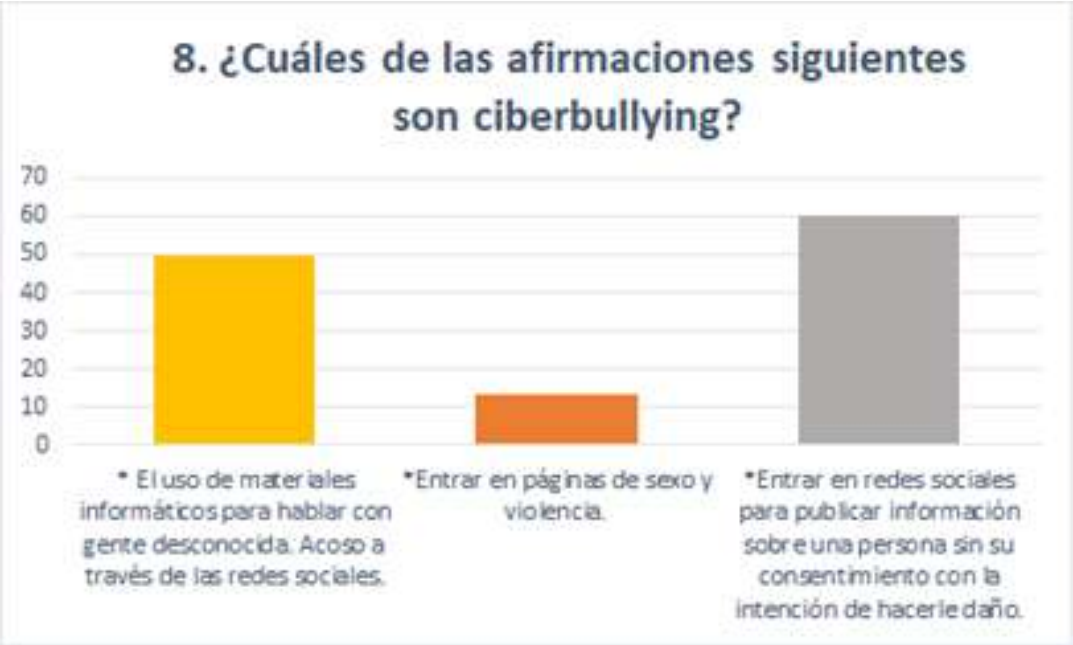


Gráfico 8

Em relação ao "Teatro do Oprimido", 72% afirma nunca ter ouvido falar; 7% responde que é uma técnica cuja finalidade é a reflexão e a participação do espetador; 4% afirma que é utilizado para encontrar soluções para problemas sociais e interpessoais e 14% respondem que as duas respostas anteriores estão corretas (ver gráfico 9).

Gráfico 9

O questionário também tinha 10 questões de escolha múltipla para responder com as seguintes opções: todos os dias, frequentemente, às vezes, apenas uma vez, nunca. (ver gráfico 10)

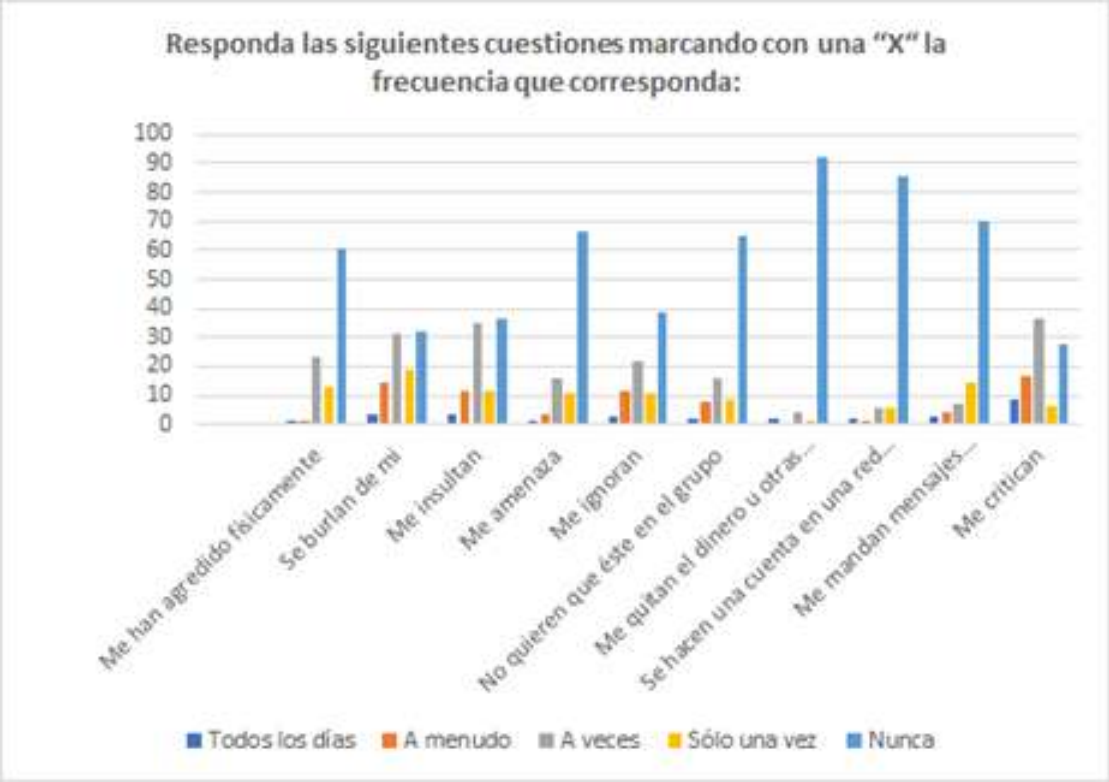


Gráfico 10

relativamente à pergunta "Fui agredido fisicamente", 60% dos participantes respondeu nunca, 23% às vezes, 13% apenas uma vez, 1% frequentemente e 1% todos os dias.

Quanto à frequência com que os participantes se percebem como objeto de gozo, 32% relata que nunca e 31% que às vezes. Em ordem decrescente de prevalência, 19% avaliados indicou que foi provocado apenas uma vez, 15% relatou ser provocado com frequência e apenas 4% indicou que era provocado diariamente.

Questionados sobre a periodicidade com que se sentem insultados, 36% indica nunca ter vivenciado essa situação, enquanto um total de 35% dos entrevistados afirma ter se sentido insultado em algumas ocasiões. No entanto, 12% diz ser insultado com frequência e 3% todos os dias. 11% dos participantes sentiu-se insultado apenas uma vez.

Em seguida, um total de 66% dos alunos relata que nunca se sentiu ameaçado, enquanto 11% dos avaliados indica que passou por essa experiência apenas uma vez. No entanto, 16% indica que foi ameaçado em algumas ocasiões e 4% frequentemente.

Ainda de acordo com as respostas, 3% dos participantes relata sentir-se ignorado pelos colegas no dia a dia. 11% relata ter-se sentido ignorado pelos outros apenas uma vez, enquanto 11% pensa que muitas vezes passa despercebido. Em ordem decrescente de prevalência, 38% dos participantes indica que nunca se sentiu ignorado, enquanto um total de 22% de avaliados percebeu alguma situação isolada em que não foi levado em consideração pelos colegas..

Por outro lado, grande parte da amostra indica que nunca percebeu que os seus colegas não querem que eles façam parte de seu grupo (66%). No entanto, 34% dos alunos nota este tipo de rejeição dos colegas: 16% às vezes, 8% com frequência, 8% apenas uma vez e 2% todos os dias.

Outro dado marcante é que apenas 4% dos participantes refere que os seus colegas algumas vezes roubaram o seu dinheiro ou pertences. Pelo contrário, a maioria dos alunos indica nunca ter sido vítima deste tipo de incidente (92%).

Na questão "Criaram uma conta numa rede social com o meu nome", 85% respondeu que nunca, 6% apenas uma vez, 5% às vezes, 2% frequentemente e 2% todos os dias.

Por outro lado, embora a maioria dos inquiridos nunca tenha recebido mensagens ofensivas no telemóvel ou em uma das suas contas das redes sociais (70%), 14% indicou que já teve essa experiência uma vez na vida. 7% ocasionalmente recebe este tipo de mensagens, 4% frequentemente e 2% todos os dias.

Posteriormente, grande parte da amostra indica que foi alvo de críticas pontuais (37%). No entanto, 28% dos participantes afirma que isso nunca aconteceu consigo. 6% foi vítima deste tipo de situação alguma vez; 16% afirma sentir-se criticado com frequência, enquanto 8% sente-se criticado pelos seus pares todos os dias.

Em resumo, este questionário foi realizado com jovens para se detetar a prevalência de situações de bullying nos 4 países.

De todas as respostas que foram dadas ao longo da investigação, podemos destacar que grande parte dos participantes define o bullying como uma situação de abuso ou dor e que para a maioria dos participantes as consequências de uma pessoa ser vítima de Bullying são o medo, o abandono escolar e notas baixas.

65% dos participantes acredita que o bullying afeta a todos. A maioria considera não ser correto usar a violência para se defender e decide intervir quando presencia situações de bullying (conversar com outras pessoas, intervir com os colegas, entre outros).

Por fim, comentar que a maioria das pessoas neste questionário não admite ter sido vítima de bullying, mas admite que, em algum momento da sua vida, recebeu insultos, foi ignorada pelo seu suposto grupo de amigos ou foi criticada.

4.3. MARCO LEGAL/NORMATIVO

4.3.1. ESPANHA

A nível nacional, em Espanha foram tomadas as seguintes medidas legais no que respeita ao bullying:

- O bullying escolar viola o artigo 173.1 do Código Penal, que pune qualquer pessoa que atinja outra pessoa com tratamento degradante, comprometendo gravemente a sua integridade moral.
- Os casos mais graves de bullying também podem violar o Artigo 143.1, que pune a indução ao suicídio de outra pessoa. De acordo com esses artigos, a jurisdição dos menores atuará de acordo com os seguintes eixos:
    - Proteção da vítima com cessação imediata do assédio: medidas cautelares de internamento do agressor
    - Resposta educacional punitiva ao agressor: Medidas de liberdade condicional podem ser tomadas contra o agressor; rdens de restrição.
- Reparação de perdas e danos: O assédio é indenizável pela lei civil.
- Em relação aos centros educativos:
    - Os professores das escolas devem liderar a luta contra o bullying, com a ajuda dos pais e da comunidade escolar. Uma vez detetado o problema, tentar-se-á responder com medidas académicas (sanções, expulsões, reuniões com alunos e pais ...).
    - Uma vez conhecido o assédio, o agrupamento deve informar o Centro de Proteção de Menores e adotar as medidas necessárias para impedir o abuso.

- Se o agressor tiver mais de 14 anos, será iniciado um processo no âmbito do processo penal juvenil.

- Qualquer pessoa tem a obrigação de notificar as Autoridades.

- Todas as escolas devem ter um Comité para a Coexistência Escolar Saudável.

- Os estabelecimentos de ensino têm o dever de assegurar a formação permanente dos profissionais em orientação e gestão de conflitos.

- Toda a comunidade educativa deve informar o agrupamento de qualquer ato de violência física ou psicológica, agressão ou assédio.

- Se as autoridades escolares não tomarem as medidas adequadas, serão punidas.

4.3.2. PORTUGAL

No plano jurídico, em Portugal, o comportamento dos alunos com idade superior a 12 anos que possa ser classificado como crime pelo direito penal será sujeito a notificação obrigatória nos termos do artigo 55.º do n.º 2 do Estatuto do Estudante e do artigo do seção 173 da Lei de Tutela da Educação.

Caso o aluno já tenha completado 16 anos, está previsto no artigo 242 do Código Penal.

O Código Penal vigente, após a revisão de 2007, confere maior proteção aos atentados contra a vida, integridade física e honra das pessoas que compõem a comunidade escolar.

As situações de bullying, levadas a cabo através de ataques a alunos particularmente frágeis e vulneráveis, por serem muito mais jovens e fisicamente muito mais fracos que os agressores, sejam eles portadores de uma doença ou portadores de deficiência, enquadram-se na classificação do crime de ofensas à integridade física qualificada do disposto nos artigos 145 e 132, apartado 2, al. c) do Código Penal.

Às vezes, as situações de bullying também estão associadas a questões raciais, étnicas, religiosas ou mesmo ao facto de o aluno ser homossexual ou pelo menos ser considerado como tal.
Nestes casos, o enquadramento legal também será feito no crime de ofensa à integridade física qualificada, com referência à letra f) do referido art. 132.

Na situação de crime, a ser praticado em contexto de grupo ou com uso de arma, entra-se na letra h) e também agravará o crime.

A divulgação de cenas que constituem uma das formas mais comuns de cyberbullying, também pode integrar a prática do crime previsto no art. 192 do Código Penal que é de natureza semipública (198).

Os artigos 197 e 198 abrangem a maioria das situações de recolha de fotos ou vídeos postados no YouTube ou em qualquer outro lugar da rede, cujo objetivo é prejudicar e / ou denegrir socialmente a imagem pessoal de alguém.

4.3.3. PARAGUAI

No Paraguai existem, em termos legais, os Protocolos de Intervenção (Resolução nº 8353/12), que aprovam o Protocolo de Atenção aos casos de violência e bullying em instituições de ensino dependentes do Ministério da Educação e Cultura.

Por outro lado, existe a Lei n ° 4633 contra o assédio moral em instituições de ensino públicas, privadas ou privadas subsidiadas, promulgada em 6 de julho de 2012.
O objetivo desta Lei é definir, prevenir e intervir nos diversos tipos ou modalidades de assédio moral ou assédio escolar no domínio educacional, bem como adotar as medidas correspondentes, de acordo com as regras de convivência de cada instituição de ensino, devidamente aprovadas pelo Ministério da Educação e Cultura, de acordo com os bons costumes e a legislação em vigor.

Essas normas serão aplicáveis a instituições de ensino de gestão públicas, privadas ou privadas subsidiadas no Paraguai.

No artigo 3. afirma-se que o bullying pode ocorrer sob os seguintes tipos: físico, direto, indireto, verbal, psicológico e social. Esses tipos de bullying podem ser provocados, por diversos meios, para os quais, os comportamentos acima descritos como bullying devem ser tomados de forma enunciativa e não exaustiva.

4.3.4. REPÚBLICA DOMINICANA

O Estado Dominicano institui as *"Normas do Sistema Educacional Dominicano, para a convivência harmoniosa nos centros educacionais públicos e privados, de acordo com os artigos 48 a 49 da Lei 136-03. Aprovado pelo Conselho Nacional de Educação "*, com o apoio do UNICEF.

Essas normas são importantes, como é explicado na sua apresentação:

"para atender ao desenvolvimento integral de meninas, meninos e adolescentes, o Sistema de Proteção à Criança e ao Adolescente da República Dominicana, estabelecido na Lei 136-03, promove o trabalho articulado de todas as instituições públicas e privadas, reforçando os papéis de cada entidade com responsabilidade nesta matéria. A formalização deste regulamento constitui o primeiro compromisso sectorial concretizado, de entre o conjunto de regulamentos instituídos pela referida Lei, a cargo dos diferentes organismos da gestão pública".

As normas, no seu artigo 11, sustentam que:

"Os dirigentes, docentes e administrativos dos centros educativos, públicos e privados, e qualquer outra pessoa que, no exercício ou não das suas funções, tenha conhecimento ou suspeite de situação de abuso ou violação dos direitos da criança , meninas e adolescentes, estejam ou não no centro educacional, são obrigados a denunciá-lo aos órgãos competentes, nos termos do disposto no artigo 14 da Lei 136-03, Código do Sistema de Proteção e

Direitos Fundamentais de Meninos, Meninas e Adolescentes ".

Outro marco legal existente é a Lei 66-97 (Lei de Educação RD) sobre violência escolar. Esta lei especifica o seguinte:

a) A educação é um direito permanente e inalienável do ser humano. Para a efetivação do seu cumprimento, cada pessoa tem direito a uma formação integral que permita o desenvolvimento da própria individualidade e o desempenho de uma atividade socialmente útil, adequada à sua vocação dentro dos requisitos de interesse nacional ou local, sem qualquer tipo de discriminação por raça, sexo, credo, posição socioeconómica ou qualquer outra natureza;

b) Toda a pessoa tem o direito de participar da vida cultural e de usufruir dos benefícios do progresso científico e suas aplicações;

c) A educação assentará no respeito pela vida, no respeito pelos direitos fundamentais da pessoa, no princípio da convivência democrática, na procura da verdade e na solidariedade.

4.4. PROGRAMAS DESTINADOS À SUA PREVENÇÃO EM CADA UM DOS PAÍSES

Em cada país, existem vários programas nacionais, regionais e locais de prevenção de bullying e cyberbullying.
Para saber mais sobre esses programas, pode consultar os seguintes links.

4.4.1. ESPANHA

Programa TEI (Tutorización Emocional entre Iguales): https://programatei.com/programa-tei/

Projecto Kiva:
https://espanaes.kivaprogram.net/

Fundacíon ANAR:
https://www.anar.org/iii-estudio-acoso-escolar-y-ciberbullying-segun-los-afectados/?gclid=Cj0KCQjwkoDmBRCcARIsAG3xzl8BanigA63Fo24TQeMLsPhRznkHhadm0aUtzJkB2CiCW2iszrAkT8QaAtkNEALw_wcB

"No te calles, cuentas conmigo":
https://movimientocontralaintolerancia-cyl.blogspot.com/2018/04/no-te-calles-cuentas-conmigo.html

Projeto SAF_e.:
https://www.educa.jcyl.es/convivenciaescolar/es/novedades/proyecto-saf_e-cibervictimizacion-habitos-uso-tic-internet

Uso orange de la tecnologia:
https://usoorangedelatecnologia.orange.es/

UNICEF #2ENTUCLASE:
https://www.unicef.es/educa/blog/dos-en-tu-clase-miguel-bernardeau-ciberbullying

Projeto educa:
https://www.proyectoeduca.net/

4.4.2. PORTUGAL

Programa "Escola Segura" da Policia de Segurança Pública:
https://www.psp.pt/Pages/atividades/programa-escola-segura.aspx

Stop Bullying:
https://www.amnistia.pt/projeto-stop-bullying/

No Bully:
https://www.nobully.pt/

APAV:
http://housesofempathy.eu/wp-content/uploads/2016/05/Jogo-dramatico-e-o-bullying_APAV.pdf

BeatBullying Portugal:
https://pt-pt.facebook.com/pages/category/Community/BeatBullying-Portugal-706176099404081/

Asociação Anti-bullying com Crianças/Jovens:
https://www.facebook.com/pg/AABcCJ/posts/?ref=page_internal

Projeto Artways (Políticas Educativas e de Formação contra a Violência e a Delinquência Juvenil)
https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/programas_prevencao/gwr4ehxx-livroartways-finalissimo.pdf

Gerateatro - teatro musical:
https://www.facebook.com/Gerateatro-teatro-musical-517082128684427/

4.4.3. PARAGUAI

Contra el bullying:
http://www.contraelbullying.com/categoria/el-bullying/

Proteccion online:
http://www.protecciononline.com/campana-contra-el-bullying-en-paraguay/

4.4.4. REPÚBLICA DOMINICANA

"Yo te hago el coro contra el bullying":
https://www.youtube.com/watch?v=YqScp3NubLE;
http://www.educando.edu.do/portal/guia-acompanar-la-implementacion-la-campana-en-los-centros-educativos/

"Aprender sin miedo":
https://www.youtube.com/watch?v=yWXUbRYgd4c
https://www.youtube.com/watch?v=ewzU-SesA48
https://www.youtube.com/watch?v=ALEDZfn0UIw
https://www.youtube.com/watch?v=6UHZUfuEL7c

5. PLATAFORMAS VIRTUAIS PARA APLICAR O SIEP

As propostas educativas explicam detalhadamente os objetivos, processos e procedimentos necessários à aplicação das várias técnicas que integram o método do Teatro do Oprimido.
Existem várias plataformas para desenvolver essas técnicas em formatos virtuais. Aqui são apresentados aquelas que foram utilizadas no Projeto SIEP, de acordo com as diversas necessidades e requisitos.

5.1. BLACKBOARD

É adquirido no endereço https://www.blackbord.com onde se pode obter uma versão de teste, limitada, e uma versão paga com benefícios e utilidades de acordo com as necessidades do utilizador.
Apresenta dois produtos: Blackboard Learn e Blackboard Collaborate com as suas características e possibilidades de utilização.
Neste projeto, usamos o produto Blackboard Collaborate principalmente para aprender e partilhar conhecimento e formar grupos de trabalho com os participantes.

5.2. POWTOON

É adquirido entrando-se no endereço https // www.powtoon.com / onde se pode obter uma versão gratuita com algumas limitações.
Também pode obter-se a versão paga, que oferece mais possibilidades de uso.
Esta aplicação é utilizada para criar animações e todos os tipos de apresentações de vídeo.
Neste projeto utilizamos o Powtoon principalmente para a produção virtual das propostas educativas.

5.3. SOCRATIVE

É adquirido no endereço https // www.socrative.com // e apresenta uma versão gratuita e outras pagas com mais benefícios para o utilizador.
É uma aplicação utilizada principalmente por um professor para a realização de testes, avaliações e outras atividades. O professor utiliza uma aplicação e os alunos outra.
Neste projeto utilizamos o Socrative principalmente para fazer testes e avaliações das atividades com os participantes.

5.4 ZOOM.

Pode ser adquirido no endereço https://zoom.us/ onde se pode obter uma versão gratuita, com certas limitações, e outras versões pagas, com mais utilidades em termos de número de participantes, utilização do tempo, gravações das sessões, relatórios e outros benefícios.
Neste projeto, usamos principalmente o Zoom para reuniões e pequenos grupos de trabalho, partilhando apresentações de documentos com os participantes.

6. PROPOSTAS EDUCATIVAS EM FORMATO VIRTUAL

No que diz respeito ao desenvolvimento da metodologia do nosso projeto, com base na criação de propostas educativas para prevenir o bullying e comportamentos de cyberbullying através do Teatro do Oprimido, todas as tarefas associadas ao projeto foram realizadas.

Essas propostas educativas (21) foram desenvolvidas e aprovadas por todo o consórcio. Porém, a versão final na qual se iria prosseguir com os testes ficou paralisada pela impossibilidade de desenvolvê-los, devido às restrições de distanciamento social, derivadas da situação da Covid-19.

Devido à pandemia, à emergência sanitária, às medidas impostas em cada país e ao distanciamento social, as atividades planeadas no SIEP foram seriamente afetadas, a ponto de não poderem ser realizadas normalmente.

Neste contexto, apresentamos uma proposta de como realizar este projeto em formatos virtuais e digitais. Isso permitiu-nos realizar o SIEP nos tempos estipulados, atingir os objetivos planeados e agregar valor à forma de desenvolver o Teatro do Oprimido em cenários digitais e virtuais.

PASSO 1. FORMAÇÃO VIRTUAL E MANUAL PASSO A PASSO

Foi realizada uma formação virtual para os colaboradores e facilitadores dos parceiros, para que aprendessem a utilizar essas ferramentas na realização das oficinas locais.
Ao mesmo tempo, elaboramos um manual passo a passo sobre como usar as quatro plataformas em contextos educativos, teatrais e de artes performativas.
Graças a esta formação, os facilitadores de cada entidade puderam conhecer o funcionamento das ferramentas web e utilizar estas plataformas de forma ideal, para implementar a fase de testes virtualmente (online) com os seus públicos-alvo.

Além disso, e com o objetivo de gerar opções de aplicação virtual para o nosso projeto, foi criado um guia virtual que pode ser descarregado na plataforma web do projeto, como uma ferramenta útil para futuros interessados em aplicar esta modalidade.
Desta forma, os resultados do projeto têm duas modalidades de aplicação (presencial e online), apresentando-se este aspeto como um valor acrescentado ao inicialmente proposto na aplicação do projeto.
Esta dupla dimensão pode facilitar um maior impacto do projeto, uma vez que cria a oportunidade de aplicação da metodologia (propostas educativas) online, facilitando o acesso nestes tempos de pandemia e, até, potencializando a sua utilização e sustentabilidade, graças à adaptação dos resultados do projeto a um modo de utilização que não foi o originalmente planejado.

PASO 2. OFICINAS LOCAIS VIRTUAIS

Cada parceiro desenvolveu oficinas virtuais locais, com cerca de 80 jovens voluntários, para testar o Teatro do Oprimido e para perceber como melhorar as propostas educativas em ambientes digitais e virtuais.
Foi criado um Formulário Google, ao qual os participantes responderam antes e depois dos workshops.
Isso permitiu-nos medir o impacto das atividades realizadas e ter um foco de controle sobre a aprendizagem dos participantes.

PASO 3. "CURSO VIRTUAL DE FORMAÇÃO DE FORMADORES"

Desenvolvemos um "Curso de Formação de Formadores" virtual sobre como usar as propostas do projeto para combater o bullying e o cyberbullying entre os jovens.
O curso incidiu sobre como usá-las em contextos presenciais (conforme inicialmente planeado) e em ambientes digitais (distanciamento social e plataformas eletrónicas).
Os participantes foram formadores, animadores juvenis, coordenadores de voluntários e quadros permanentes das entidades parceiras e de organizações locais dos respetivos territórios.
Cada parceiro envolveu 6 pessoas (30 no total).

Graças à realização deste curso, garantiu-se que os facilitadores de todas as entidades envolvidas no projeto tivessem formação específica sobre as duas formas de utilização dos resultados do projeto (presencial e online).

PASO 4. PROPOSTAS EDUCATIVAS

As propostas educativas serão produzidas através da plataforma Powtoon. O benefício que este programa de videomaker nos dará é que as curtas-metragens serão animadas.
Além do número planeado de propostas educativas (21), adicionamos mais uma que é totalmente focada em como desenvolver o Teatro do Oprimido em ambientes digitais e eletrónicos.
Nos anexos apresentaremos as adaptações que fforam realizadas em cada proposta, para que possam ser implementadas no formato online (ver anexo 1).

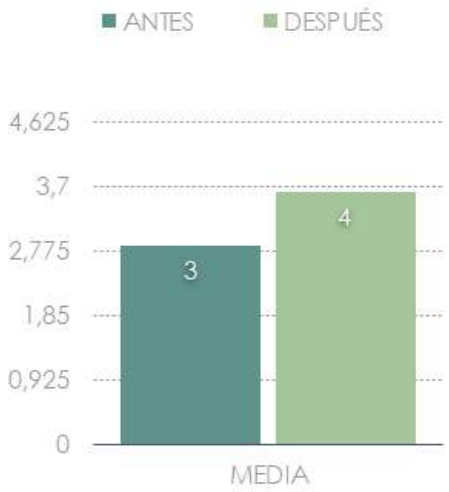
7. AVALIAÇÃO

Cada parceiro desenvolveu oficinas virtuais locais, com cerca de 80 jovens voluntários para testar a metodologia do Teatro do Oprimido.
Diversos instrumentos de avaliação foram criados com o objetivo de aprimorar as propostas educativas e o currículo em ambientes digitais e virtuais.

7.1. AVALIAÇÃO ANTES-DEPOIS

Foi criado um Formulário Google, ao qual os participantes responderam antes e depois dos workshops. Isso permitiu medir o impacto das atividades realizadas e ter o controle da aprendizagem dos participantes (ver anexo 9.2).
Foi realizada uma breve análise dos resultados obtidos nos workshops locais do SIEP para preparar infográficos do impacto e do sucesso dessas atividades.
Os resultados foram obtidos a partir das médias de todos os participantes (sem diferenciação por país).
Isso permite-nos focar em resultados que refletem todo o projeto SIEP. Nesse sentido, concentramo-nos em quatro questões principais:

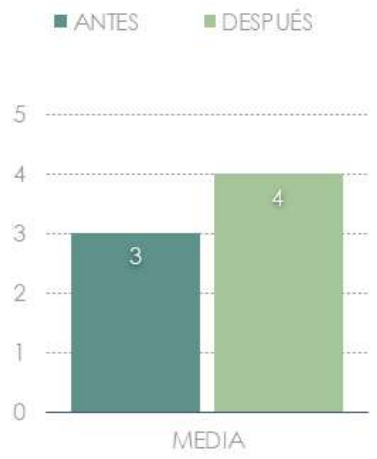
1. *Conheço as características dos ambientes que podem favorecer o aparecimento de bullying ou cyberbullying*.



Como se pode constatar, as pessoas que participaram das oficinas locais já possuíam uma base mínima de conhecimento sobre o que é o bullying e cyberbullying, incluindo os ambientes nos quais são promovidos.

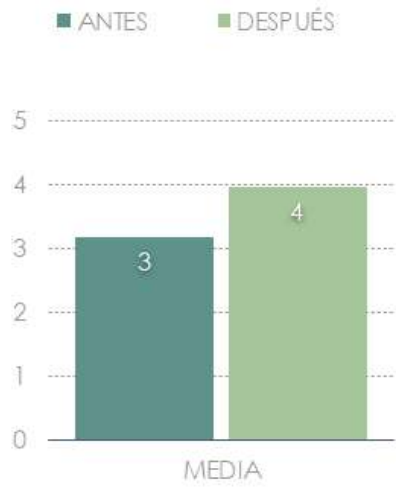
Apesar disso, as oficinas possibilitaram aos participantes adquirir novos conhecimentos sobre as características dos ambientes que podem favorecer o surgimento do bullying ou do cyberbullying.

2. Acredito que o Teatro do Oprimido pode ajudar a lutar contra o bullying ou cyberbullying.



Tal como na pergunta anterior, as pessoas que participaram das oficinas locais parecem saber minimamente o poder que o Teatro do Oprimido pode ter em casos sociais (em geral).
Nesse sentido, as oficinas permitiram que os participantes tivessem consciência de que essa metodologia pode realmente ajudar no combate ao bullying ou cyberbullying.

3. Acredito que as propostas educativas podem aumentar a consciencialização e sensibilizar sobre o bullying ou cyberbullying.

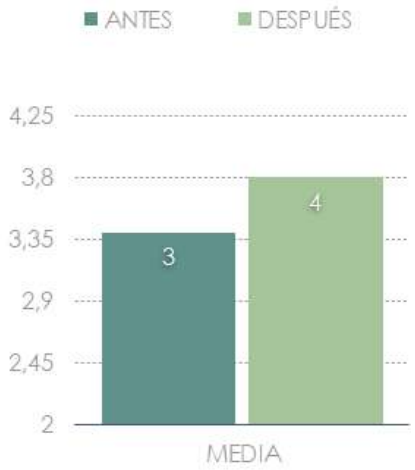


Os participantes das oficinas locais inicialmente demonstraram ter uma base mínima de conhecimento sobre qual o propósito geral das propostas educativas,

Nesse sentido, as oficinas permitiram aos participantes reforçar o seu conhecimento sobre o impacto das propostas educativas no aumento da consciencialização e sensibilização sobre o bullying ou cyberbullying.

4. As minhas expectativas em relação aos workshops SIEP foram cumpridas

Finalmente, os participantes tinham grandes expectativas em relação aos workshops do SIEP. E, felizmente, elas não só foram cumpridos, como também foram superadas.



7.2. Questionários Socrative

As avaliações seguintes foram realizadas com a ferramenta Socrative durante o desenvolvimento dos workshops, mas não substituem os momentos de reflexão grupal descritos em cada uma das propostas; eles são apenas um complemento.
Como algumas propostas educativas são muito curtas, não há avaliação após todos elas; a proposta, em alguns casos, é juntar vários propostas em grupos e avaliar no seu final.

A proposta final é a seguinte:

- ao finalizar as propostas 3, 6, 9, 11, 12, 14, 15, 18, 19, 20 e 21.

Perguntas semelhantes foram feitas em todos os questionários, nomeadamente:

- Como se sentiu após participar deste grupo de propostas?
- Acha que os conteúdos abordados e o material utilizado serão úteis na sua vida pessoal e / ou profissional? Porquê?
- Quais são as coisas que mais e menos gostou nestas propostas?
- Que conteúdos mudaria ou melhoraria?
- Acha que seria importante aprofundar-se algum aspecto? (se a resposta for afirmativa, indique qual (is))

Algumas perguntas eram mais específicas para algumas propotsas, como por exemplo:

- Que diferenças notou em relação às propostas anteriores?
- Acha que os conselhos e recomendações discutidos são fáceis de aplicar quando se trabalha com jovens? Porquê?
- O conteúdo das propostas anteriores foi útil para si nestes exercícios finais? Porquê?
- Qual é a sua avaliação geral de todo este processo?

Sobre esta última questão *"Que avaliação global faz de todo o processo?"*, a análise das respostas dos participantes permite-nos concluir que:

- todos os participantes consideraram positiva a experiência;
  - "G*ostei muito de tudo e tenho muita pena que tenha que terminar"*
  - *"Grande experiência a nível pessoal e profissional. Que bom ter estado aqui* ".
- Apesar de ser uma formação online, os participantes consideram que foi possível criar um espírito de grupo e aprender juntos:

"Incrível. O envolvimento do grupo tem sido ótimo, posso até dizer que levei amigos desse projeto. Embora achasse que conhecia as realidades que discutimos, fiquei surpreso ao descobrir muitos aspetos que não conhecia. As dinâmicas que têm sido utilizadas são encantadoras, pois apesar de ser virtual, tenho sentido aquela ligação com o grupo que pensei que não seria possível sem "a presença"".

"Achei um processo muito agradável e interessante, começando pelo desconhecimento que tinha dos conceitos que eram tratados centralmente no workshop, o teatro do oprimido como tal, e levando em consideração o quão desafiador pode ser a virtualidade para realizar um workshop que requer, em certa medida e em certo grau, a presença física dos participantes.Ppareceu-me

interessante isso, ter aprendido muitas coisas das quais não tinha ideia e ver como conseguiram levara o conteúdo do workshop para o modo virtual ".

- o processo de formação foi evolutivo e transformador:

"Em geral, acho o processo excelente. Cada proposta está relacionada e aprofunda o mesmo tópico com diferentes exercícios. Para que em algum ponto se alcance a reflexão e o processo seja transformador ".

"Tem sido um processo evolutivo. As bases do Teatro do Oprimido foram semeadas ao longo das sessões e no final deu o seu resultado. Em relação ao grupo, ele conectou-se muito bem e isso criou um ambiente confortável para fazer mais atividades. "

- O espaço de formação permitiu aos participantes expressarem-se e contribuiu para a sua aprendizagem sobre os temas:

"Tenho-me sentido parte do processo e da equipa. Em todos os momentos somos ouvidos e podemos dar as nossas contribuições e sugestões. Acredito que apesar das difíceis realidades que enfrentamos, nos sentimos livres para expressar o que sentimos e respeitamos. Os facilitadores usaram muitas dinâmicas que levaram a tudo isso, e também senti que os conteúdos, acompanhados de exemplos, foram muito fáceis de entender.

"Acho que as dinâmicas e os espaços de reflexão têm-nos permitido sentir como uma equipa e trabalhar como tal. Além disso, tenho-me sentido muito aberto a expressar tudo o que senti, pois já lidamos com muitos aspetos delicados de diferentes realidades. Acredito que fui aprendendo sempre e que os facilitadores nos incentivaram a aplicar tudo o que eles nos ensinaram ".

- a formação capacitou os participantes para intervir nos fenómenos de bullying y cyberbullying:

"Valorizo a opinião e a compreensão que fornecida sobre o bullying e os seus danos. Eu valorizo a maneira como se consegue criar um vínculo social entre cada pessoa e como ajuda a melhorar cada um para entrar na pele do outro e a cura psicológica que isso proporciona, etc. "

"Achei este processo muito interessante e que pode ser muito útil no futuro. Destaco principalmente as vantagens de termos uma sociedade inclusiva e diversificada e plural. Todas as atividades foram momentos de aprendizagem e

desenvolvimento de competências relativamente à intervenção social, especialmente com crianças.

- A formação teve em consideração os contextos específicos dos participantes, por exemplo, em termos das suas (in)capacidades:

"Bom, gostei muito deste curso, porque tem sido super acessível, para a minha deficiência visual, e todos os conteúdos já foram descritos nos gestos, e a questão dos gestos corporais, o que é muito importante. Para mim, tiveram essas coisas em conta neste curso, e isso tem sido muito acessível, os conteúdos para todas as pessoas ".

Além disso, foram realizados alguns questionários "quiz", antes ou depois de determinadas propostas educativas, para entender o conhecimento que os participantes teriam sobre os temas a trabalhar ou para avaliar o que retiveram sobre as informações disponibilizadas (ver Anexo 3).

8. BIBLIOGRAFIA

Andrade, Luísa Carina Figueira (2013). *Bullying e cyberbullying: um estudo num contexto escolar particular cooperativo*. Universidade da Madeira.

Avellanosa Caro, Ignacio (2008). *En clase me pegan. Una guía sobre el acoso. Imprescindible para padres y maestros*. Edaf.

Boal, Augusto (2001). *Teatro del Oprimido. Juegos para actores y no actores*. Barcelona: Alba Editorial.

Boal, Augusto (2004). *El arco iris del deseo. Del teatro experimental a la terapia*. Barcelona: Alba Editorial.

Caldeira, S., & Veiga, F. (2011). *Intervir em situações de indisciplina, violência e conflito*. Fim de Século.

Calmaestra, J., Escorial, A., García, P., Del Moral, C., Perazzo, C., y Ubrich, T. (2016). *Yo a eso no juego*. Madrid: Save the Children.

Ceron Trevisol, María Teresa y Uberti, Luana (2017). *Bullying en la escuela: inquiriendo las razones promotoras de los conflictos "entre" y "de los" alumnos*. CLACSO.

Ceron Trevisol, Maria Teresa, de Oliveira Pereira, Maria Beatriz & Mattana, Patrícia (2017). "Bullying na escola: causas e posicionamentos de alunos portugueses e brasileiros", en *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación,* Vol. Extr., No. 02. DOI: https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.02.2667 ISSN: 2386-7418

Conde Vélez, Sandra y Ávila Fernández, José Antonio (2018). "Influencia de los observadores sobre la agresión y el sentimiento de maltrato escolar" en *Psychology, Society, & Education*, Vol. 10(2), pp. 173-187. ISSN 2171-2085 (print)/ ISSN 1989-709X (online).

Costa, Paulo; Farenzena, Rosana; Simões Hugo &Pereira, Beatriz (2013). "Adolescentes portugueses e o bullying escolar: estereótipos e diferenças de género" en *INTERACÇÕES,* n° 25, pp. 180-201.

Crespo Morrobel, Raquel (2013). "Efectos del bullying en los estudiantes del 2do. ciclo del nivel básico en Santiago, República Dominicana" en *Educación Superior,* Año XII, nº1 y 2 Enero - Diciembre, 54-80.

De-Barros Ventura, P., Rodríguez-García, A.-M., & Sola Reche, J.-M. (2018). "Incidencia del ciberbullying en adolescentes de 11 a 17 años en Portugal" en *Edutec. Revista Electrónica De Tecnología Educativa*, (64), 82-98 (389). https://doi.org/10.21556/edutec.2018.64.1029

Díaz, María y Ost, Nicolas (2002). *Jugar y Actuar, nuestras armas para la paz. Juego teatral y procesos colectivos de aprendizaje*. Madrid: Intered.

Durán, María Martha (2016). "Bullying: políticas de atención y prevención en Centro América y El Caribe" en *Revista Posgrado y Sociedad*, Volumen 14, Número 1, 25-38 ISSN 1659-178X.

Fernandes, L., Seixas, S. & Morais, T. (2016). *Cyberbullying - um guia para pais e educadores*. Plátano Editora.

Fonseca Carvalhosa, Susana, Moleiro, Carla Moleiro & Sales, Célia (2019). "A situação do bullying nas escolas portuguesas" en *INTERACÇÕES* N°. 23, PP. 125- 1461 .

Freire, Isabel; Alves, Maria Manuela; Breia, Ana Paula; Conceição Diana & Fragoso, Lenia (2013). "Cyberbullying e Ambiente Escolar: Um Estudo Exploratório e Colaborativo entre a Escola e a Universidade" en *Revista Portuguesa de Pedagogia,* año 47-2, pp. 43-64.

Freire, Paulo (2000). *Pedagogía del Oprimido (Ed. 53).* Madrid: Siglo Xxi Ediciones

Garaigordobil Landazabal, Maite (2017). "Conducta antisocial: conexión con bullying/cyberbullying y estrategias de resolución de conflictos" en *Psychosocial Intervention, 26(1),* pp. 47-54.

Garaigordobil Landazabal, Maite y Oñederra, José Antonio (2010). *La violencia entre iguales: Revisión teórica y estrategias de intervención*. Editorial Pirámide.

Garaigordobil Landazabal, Maite y Martínez-Valderrey, Vanesa (2014). *Cyberprogram 2.0: programa de intervención para prevenir y reducir el ciberbullying*. Editorial Pirámide.

Gasso, Aina M., Fernández-Cruz, V., Montiel, I., y Agustina, J. R. (2018). "Violencia escolar a través de medios digitales: del bullying al cyberbullying. Educación y Futuro", en *Revista de investigación aplicada y experiencias educativas, 38,* pp. 57-82.

8. BIBLIOGRAFIA

Herrera-López, Mauricio, Romera, Eva M. y Ortega Ruíz, Rosario (2018). "Bullying y Cyberbullying en Latinoamérica. Un estudio bibliométrico" en *RMIE*, Vol. 23, Núm. 76, PP. 125-155 (ISSN: 14056666).

Kowalski, Robin, Limber, Susan y Agatston, Patricia (2010). *Cyberbullying: el acoso escolar en la er@ digit@l*. Editorial Desclée De Brouwer, S.A.

Luengo Latorre, José Antonio (2014). *Ciberbulling: prevenir y actuar. Guía de recursos didácticos para centros educativos*. Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.

Mainero de Alderete, Roxana Claudia (2014). "Abordaje y prevención de la problemática del bullying en el tercer ciclo de la Educación Escolar Básica en cinco instituciones educativas de Asunción" en *Revista científica, estudios e investigaciones*, Vol.5, N° 1, pp. 40-62. Universidad Iberoamericana, Asunción, Paraguay. ISSN2310- 3507

Miró Llinares, F. (2013). "Derecho penal, cyberbullying y otras formas de acoso (no sexual) en el ciberespacio" en *IDP. Revista de Internet, Derecho y Política*, n° 16.

Musri, Silvia Martha (2012). *Acoso escolar y estrategias de prevención en educación escolar básica y nivel medio. San Lorenzo*. Universidad Tecnológica Intercontinental.

Oliveira Araújo, João & Caldeira, Maria do Rosário (2018). "Bullying e Cyberbullying: Ameaça ao bem-estar físico e mental dos adolescentes " en *adolesCiência / Revista Júnior de Investigação*. Volume 5 (1), novembro, pp. 6-11. ISSN 2182-6277.

Oñederra, J. (2008). *Bullying: concepto, causas, consecuencias, teorías y estudios epidemiológicos*. Recuperado el 10 de octubre de 2012, de http://www.sc.ehu.es/ptwgalam/meriales%20docentes%20curso%20verano%202008/1.%20Bullying%20aproximacion%20al%20fenomeno%20Onederra.pdf

Ortega Ruíz, Rosario (coord.) (2018). *Convivencia y ciberconvivencia: Un modelo educativo para la prevención del acoso y ciberacoso escolar*. Machado Editores.

_____ (2010). *Agresividad injustificada, bullying y violencia escolar*. Alianza.

Olweus, Dan (1996). *Conductas de acoso y de amenaza entre escolares*. Ediciones Morata.

_____ Acoso Moral, "Bullying", en las escuelas; hechos e intervenciones. Recuperado el 23 de octubre de 2012, de http://www. acosomoral.org/pdf/Olweus.pdf

Pérez-Virtus, Ander y Larrondo-Ureta, Ainara (2018). "Menores, bullying y suicidio. Un análisis de caso a través de los medios digitales de referencia en España" en *Correspondencias & Análisis*, N° 8, pp. 55-75.

Puértolas, A., y Montiel, I. (2017). "Bullying en la educación secundaria: una revisión sobre las características de las víctimas y las víctimas-acosadores y las consecuencias de su victimización" en *Journal of Victimology, 5,* 85-128. doi: 10.12827/RVJV.5.04

Román, M. y Murillo, F. (2011). "América Latina: violencia entre estudiantes y desempeño escolar" en *Revista Cepal, 104,* pp. 37-54.

Rodrigues, Sonia (2019) "Bullying: uma realidade nas escolas portuguesas" en *educare.pt* https://www.educare.pt/noticias/noticia/ver/?id=156468&langid=1 (24/10/2019) (recuperado el 16/10/2020).

Salazar García, Míriam Anahí, Pedroza Cabrera, Francisco Javier, Colunga Rodríguez, Cecilia y Hermosillo de la Torre, Alicia Edith (2019). "Bullying y depresión en adolescentes: revisión sistemática" en *Revista educ@rnos*. Nueva época, Año 9, núm. 35, octubre-diciembre 69-80 ISSN-2007-1930.

Santana, Edesio T. (2004). *Bullying E Cyberbullying - Agressoes Presenciais e a distancia*. EDICON.

Schwarz S., Alexander (2017). *El libro del bullying: Bullying, Cyberbullying y Sexting, un peligro mayor. Guía para padres, educadores, estudiantes, víctimas y acosadores*. eBook. http://Familiasehijos.com (Recuperado el 16/10/2020).

Serrate, R. (2007). *Bullying: acoso escolar*. Ediciones del Laberinto, S.L.

Teruel Romero, Jerónima (2007). *Estrategias para prevenir el bullying en las aulas*. Editorial Pirámide.

VV.AA. (2014). Prevención del acoso escolar. *Bullying y Ciberbullying. Texto autoformativo y multimedia*. Publicado por Instituto Interamericano de Derechos Humanos.

VV.AA. (2011). *Violencia escolar en América Latina y el Caribe. Superficie y fondo*. UNICEF.

9. ANEXOS

9.1. Adaptação das propostas educativas ao formato online

9.2. Questionário de Avaliação Antes-Depois

9.3. Quiz Socrative

9.1. Adaptações das propostas ao formato online

G1 P1 – Romper o gelo e conhecermo-nos

Título da proposta educativa: Romper o gelo e conhecermo-nos **Grupo de propostas educativas: G1 - Atividades de quebra gelo**	
Grupo alvo	Jovens entre os 14 - 30 anos
Principais objetivos	Construção da equipa e da coesão grupal.
Títulos dos exercícios	Apresentação "gesto + som". Stops.
Tempo total	30-40 minutos.
Plataforma virtual	Zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades

Objetivos específicos

- ? Desenvolver capacidades de conexão entre si e criação do grupo
- ? Criar um ambiente seguro
- ? Perder a vergonha e o medo.
- ? Começar a ter consicência do corpo.
- ? Promover a inclusão de todos os participantes.

Exercicio 1 – Título: "Apresenta-te" **Tempo:** 20 minutos.

Desenvolvimento do exercício

Os participantes estão dispostos num círculo grande. Um por um, cada participante dará un passo para o centro do círculo, dirá o seu nome e realizará un movimento representativo de si. Depois o grupo repetirá o nome e o movimento 3 vezes: na primeira vez a um ritmo normal, na segunda com muita velocidade e na terceira com um ritmo muito lento.

Exercício 2 – Título: "Os stops" **Tempo** 10 minutos

Criar subsalas no zoom: cada pessoa está numa sala 1 minuto e depois muda de sala, estando com outras pessoas, de forma aleatória, durante 5 vezes. Os participantes devem mover-se ao ritmo da música e, quando ela pára, explicar à pessoa que está consigo na sub-sala:

- Primera paragem: o nome.
- Segunda paragem: a idade.
- Terceira paragem: lugar de origem.
- Quarta paragem: canção / música favorita.
- Quinta paragem: dança favorita.

Cada facilitador elegirá a música que considere que é mais atrativa para os participantes de cada país.

Recomendação de música para realizar o exercício:

"Noches en Andalucía (Spanish Guitar) - Govi"
https://www.youtube.com/watch?v=D74-4dN5Iag

"Pharrell Williams - Happy (Official Music Video) - YouTube"
https://www.google.com/search?q=canci%C3%B3n+happy+farell&oq=canci%C3%B3n+happy+farell&aqs=chrome..69i57j0l5.17011j0j8&sourceid=chrome&ie=UTF-8

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educativas

Perguntas para análise e reflexão

O que o fez entrar nesse grupo e participar do programa?
Qual era o seu estado emocional antes de entrar no workshop?
Como se sentiu durante os exercícios?
Qual exercício foi desafiante para si e porquê?
Como se sente agora e o que gostaria de melhorar?

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G1 P2 - Ambiente de familiaridade e conhecimento superficial

Título da proposta educativa: Ambiente de familiaridade e conhecimento superficial

Grupo de propostas educativas G1: Atividades para romper o gelo e conhecimento"

Grupo alvo	Jovens dos 14 - 30 anos
Principais objetivos	Criar uma atmosfera positiva para trabalhar com jovens e motivá-los para se conhecerem entre si
Títulos dos exercícios	Ambiente de familiaridade e conhecimento superficial
Tempo total	20 minutos
Logística e materiais	Sala ampla / Plataforma Zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades

Objetivos específicos

Criar um ambiente de familiaridade no grupo gerando interconhecimento para trabalhar numa atmosfera positiva.

Introdução ao exercício

Com esta atividade iniciam-se os trabalhos do grupo, motivando-se os participantes a integrarem-se nas atividades para obterem resultados positivos. Explica-se ao grupo a importância de se conhecerem entre si, eliminando com este primeiro passo a barreira de entrada quando interaagimos com outras pessoas que não conhecemos.

Desenvolvimento do exercício

Primeiro passo: O facilitador pede a todos os participantes para que se coloquem no centro da sala. Indica-lhes que façam dois círculos com igual número de pessoas. Um círculo coloca-se dentro do outro círculo. As pessoas de cada círculo dão as mãos.

Segundo passo: O facilidator põe uma música que seja preferencialmente do agrado dos participantes e, ao ritmo da música, os dois círculos começam a girar em sentido contrário.

Terceiro passo: Num determinado momento o facilitador interrompe a música. Inicia-se o diálogo com a pessoa que ficou à nossa frente, saudamo-nos e ambos perguntam o nome e outra informação que lhes interesse questionar.

Formato virtual

Previamente à atividade o facilitador cria uma lista com adjetivos.

Faz uma primeira ronda de adjetivos na sala geral do Zoom, mencionando os adjetivos. Quem se identificar com o mesmo adjetivo passa para uma sub-sala de grupo de Zoom, conversam por 1 minutos e regressam à sala geral para a ronda seguinte de adjetivos. Desta forma mantém-se o objetivo deste exercício, fazendo com que as pessoas participantes se identifiquem com determinadas qualidades e criem laços com outras pessoas.

Considerações / Recomendações / Conselhos para se adaptar a cada contexto

Em cada contexto devem ser realizadas as adaptações que se considere conveniente. Previamente à atividade o facilitador debe criar uma lista com adjetivos.

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educacionais

Perguntas para resumo e reflexão (para os participantes)

- Chamou-lhe à atenção ter coisas em comum com diferentes perfis de pessoas?
- Sentiu, em algum momento, que não se identificava com nenhum adjetivo? Se assim foi, qual o motivo para se ter juntado a um determinado grupo?
- Imaginou que teria qualidades ou gostos em comum com as pessoas deste grupo?
- Surpreendeu-o alguma qualidade ou gosto particular de algum dos outros participantes ou de si mesmo?
- Sente que este exercício o ajudou a conhecer-se melhor?

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G1 P3 - "Atividades para romper o gelo e conhecimento

Título da proposta educativa: Atividades para romper o gelo e conhecimento

Grupo de propostas educativas: G1 - Atividades para romper o gelo

Grupo alvo	Jovens dos 14 - 30 anos
Principais objetivos	Construir a equipa e coesão grupal.
Títulos dos exercícios	Relaxamento Corporal Minha mensagem Sou eu
Tempo total	30 minutos
Logística e materiais	Espaço amplo ou sala Zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades

Exercício 1 - Título: "Relaxamento Corporal" Tempo 10 minutos

Objetivos específicos

? Desenvolvimento das capacidades para conectar-se consigo mesmo.
? Promover um ambiente de confiança.
? Refletir sobre as experiências do dia a dia, a partir da perspectiva dos participantes.
? Exercer empatia em situações de violação de direitos.

Introdução ao exercício

Preparamos o espaço e os participantes para o exercício.
Todos os participantes são convidados para um grande círculo.

Desenvolvimento do exercício.

Os participantes estão num círculo. Inicia-se com exercícios de relaxamento focados no movimento do corpo e no controlo da respiração. Em seguida, os participantes caminham e saúdam-se de diferentes formas, sem utilizar palavras, apenas gestos. Finalmente, regressam ao círculo e pede-se para utilizarem um gesto para explicar o seu sentimento em relação à atividade realizada.

Música: https://youtu.be/hcOwwC17KmI

Exercício 2 - Título: "Minha mensagem" Tempo 20 minutos

Entrega-se um papel e canetas/marcadores aos participantes, com a indicação de criarem uma mensagem pessoal com base na temática do bullying. Todas as mensagens são coladas numa tela grande e cada um pode ler o que os restantes participantes escreveram. Tudo isto realiza-se num ambiente de silêncio. Em seguida tira-se uma foto do cartaz com as mensagens.

Música: https://youtu.be/1eZYUdN1E2o

Exercício SOU EU?

OBJETIVO: Promover o reconhecimento de identidade através de processos de filiação.

DESENVOLVIMENTO DO EXERCÍCIO:
No início o facilitador atribuirá um número a cada um dos participantes. Isso permitirá ordenar as funções do exercício. Duas categorias serão estabelecidas: vozes e ouvidos.
A seguir, analisaremos as suas funções:

-Vozes: serão designadas pelo facilitador no início da ronda. O número de participantes com esta função aumentará na proporção da dificuldade de cada fase. Começará pelos dois primeiros números, que devem ocupar um lugar na sala para dizer o adjetivo que lhes é atribuído. Deste modo, susurrará a palavra repitindo-a continuamente, até que o facilitador indique o final. Quando for o caso, o número de vozes será multiplicado por dois, até atingir a metade dos participantes (para isso será seguida a ordem dos números, sem que estes se repitam nos níveis).

-Ouvidos: Esta função será representada pelo resto dos participantes, que deverão permanecer de olhos fechados. No início do jogo, ouvirão vários adjetivos. Devem-se identificar com um deles e seguir a voz que o dita (movimentar-se pela sala de braços cruzados, evitando golpes, cuidando assim dos seus colegas) até encontrar o participante que repete o dito adjetivo.

Os adjetivos utilizados para o desenvolvimento da atividade serão previamente selecionados pelos facilitadores, levando em consideração o debate que desejam gerar. Para isso, levarão em consideração o contexto social com que trabalham.

Descrição do desenvolvimento das atividades (formato virtual)

Relaxamento corporal
-Cada participante fará exercícios de relaxamento guiados e movimentos corporais no seu lugar. O facilitador colocará uma música de fundo relaxante.

Atividade "A minha mensagem"
-A plataforma Nearpod será usada.
-O facilitador cria uma conta, clica para lançar uma aula e a opção de desenhar.
-A atividade será ativada e um código aparecerá nos telemóveis. As pessoas são solicitadas a inserir o link de acesso que iremos enviar, devendo inserir o código e colocar o seu nome.
-Pede-se às pessoas que, com os dedos, façam uma figura que expresse o que sentem e que enviem através desta plataforma.
-O facilitador partilha a tela da aplicação e, sempre que os desenhos são enviados, todos podem vê-los.
- A partir daí, as pessoas podem adivinhar qual é o sentimento ou dizer qual é o seu sentimento e explicá-lo.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educacionais.

Os participantes são consultados sobre:
Como se sentiram em relação aos exercícios e qual foi mais interessante para eles?
Sentiu-se incomodado em algum momento? Porquê?
Sente-se encorajado a repetir esses exercícios com outros adolescentes?
Com que adjetivo avaliaria os exercícios?

Perguntas para análise e reflexão

- Seguiu a voz pela necessidade de fazer parte de um grupo ou porque o adjetivo realmente o definiu?
- Considera que ser guiado por um adjetivo o ajudou a conhecer-se melhor?

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G2-P4 – Introdução do Projeto

Título da proposta educativa: "Conhecimentos prévios"
Grupo de propostas educativas: G2 - "Introdução do projeto"

Grupo alvo	Jovens de 14 a 30 anos.
Objetivo principal da proposta educativa	Analisar os conhecimentos prévios dos jovens sobre os temas do Bullying, Ciberbullying e metodologia do Teatro do Oprimido.
Títulos dos exercícios	Introdução do projeto
Tempo total	15-20 minutos
Logística e materiais	Sala ampla e cadeiras para todos / Plataforma Zoom.

Descrição do desenvolvimento das atividades

Exercício 1 – Título "Introdução do projeto" **Tempo:** 15-20 minutos

Objetivos específicos
Apresentação do Projeto SIEP

Introdução do exercício

O facilitador previamente organiza o local e as cadeiras, de preferência em semicírculo.

<u>Formato presencial</u>

Apresentação dos participantes

Primeiro o formador dirá o seu nome e apresentará o projeto de uma forma geral. Em seguida, fará a seguinte dinâmica de integração:

1. Todos os participantes formam um círculo.
2. Uma bola de pingue-pongue será usada.
3. Uma pessoa segura a bola na mão e diz o seu nome e algo de que gosta.
4. Depois de falar passará a bola para outro participante e assim por diante até que todos se apresentem.

Desenvolvimento do exercício

O facilitador dividirá o grupo em três pequenos grupos (um número, de 1 a 3, pode ser atribuído a cada participante). Designará um grupo para escrever sobre bullying, outro sobre cyberbullying e outro sobre o Teatro do Oprimido. Pincéis, cartolinas e outros materiais serão entregues a cada grupo.

Uma vez formados os três grupos, cada um deverá falar, partilhar e escrever na sua cartolina tudo o que sabe sobre o tema que lhe corresponde.

Depois de discutir e escrever todas as ideias, cada grupo apresentará e partilhará com os restantes participantes.

Formato virtual (Zoom)

Apresentação dos participantes

Para a atividade de apresentação, cada pessoa dirá o seu nome e algo de que goste. Os restantes participantes ligarão os seus microfones e repetirão a mesma coisa que o participante anterior disse, e assim por diante, até que todos se apresentem.

Desenvolvimento do exercício

Divide-se o grupo em 3 pequenas salas de zoom e utiliza-se a plataforma "Jamboard" para escrever ali as ideias e conhecimentos que têm sobre o assunto que são responsáveis por desenvolver.

Em seguida, as três pequenas salas retornarão ao grande grupo para apresentar as idéias discutidas.

Para as questões de avaliação será utilizada a plataforma socrative.

Considerações / recomendações / conselhos para adaptar a cada contexto

Dependendo do grupo com que se trabalha e do local onde se realizará a introdução, podem realizar-se apresentações audiovisuais.

Proposta de avaliação do grupo de propostas educativas

Perguntas para debater e refletir (para os participantes)

1. Parece-te importante a prevenção do bullying e do ciberbullying?
2. Como te sentiste ao escutar sobre o tema que apresentaram?
3. Gostaste da atividade ou achaste que não teve muito sentido?
4. Sentiste-te bem com os restantes jovens do grupo?

G2 – P5 – Introdução do projeto

Título da proposta educativa: **SIEP, bullying, ciberbullying e prevenção.**
Grupo de propostas educativas: **Introdução do projeto**

Grupo alvo	Jovens de 14 - 30 anos
Principais objetivos	Apresentar oficialmente o projeto às pessoas jovens (contexto geral). Apresentar as definições oficiais de bullying, cyberbullying e teatro do oprimido. Apresentar a importância da prevenção perante situações de bullying e cyberbullying.
Títulos dos exercícios	· Apresentando conceitos · A minha primeira imagem
Tempo total	60 minutos
Logística e materiais	- Portátil / Projetor/Zoom - Apresentação PPT/PDF - 3 páginas (cada um com a palavra bullying, cyberbullying e teatro do oprimido)

Descrição do desenvolvimento das atividades

Exercício 1 – Introdução do projeto. Tempo: 60 min

Objetivos específicos

? Conhecimento geral dos jovens sobre os diferentes temas a tratar (bullying, ciberbullying e teatro do oprimido).

? Integração e confiança dos jovens no grupo com quem estarão durante todo o processo das metodologias.

Introdução ao exercício

Pode-se introduzir a atividade aos jovens da seguinte forma: *"Irá projetar-se uma breve apresentação para introduzir o projeto, conhecer os objetivos, os países envolvidos, o que entendemos quando falamos de bullying, cyberbullying e teatro do oprimido. Depois faremos uma dinâmica para introduzir também estes conceitos e consolidá-los".*

Desenvolvimento do exercício (presencial)

1. Projetar a Apresentação Introdutória do projeto e ir explicando cada diapositivo:

? Objetivos.
? Idade dos grupos alvo.
? Sensibilidades dos 4 países.
? O porquê de nos focarmos no bullying, cyberbullying e teatro do oprimido.
? Definições oficiais.

2. Realizar a dinâmica para abordar estes primeiros tres conceitos:

? O grupo irá dividir-se em 3 equipas (pode-se designar um número, de 1 a 3, a cada participante).
? A cada equipa será dada uma definição.
? O objetivo é que, através de uma cena de mímica (sem falar, ainda que atuando), representem o conceito que lhes calhou.
? Cada equipa fará a representação perante o grupo e as equipas terão que adivinhar que conceito é.
? Terão 10 minutos para preparar a cena e outros 10 para fazer a representação.

3. Uma vez finalizada a dinâmica, apresentam-se novamente as definições dos 3 conceitos, para consolidá-las. (para que o que foi dito, o que foi compreendido e o que se explicou seja o mesmo).

Formato virtual (Zoom)

1. Partilha-se no ecrã do Zoom a Apresentação Introdutória do projeto e ir explicando cada diapositivo:

? Objetivos.
? Idade dos grupos alvo.
? Sensibilidades dos 4 países.
? O porquê de nos focarmos no bullying, cyberbullying e teatro do oprimido.
? Definições oficiais

2. Realizar a dinâmica para abordar estes três primeiros conceitos:

- Três salas são criadas no Zoom para criar três grupos (ou através do modo Zoom aleatório ou atribuindo-se um número de 1 a 3 a cada participante).
- Cada grupo receberá uma definição e terá que preparar uma cena de mímica para representar o o conceito que interpretaram.
- Cada grupo poderá utilizar as peculiaridades do Zoom para fazer o mimetismo (ligar / desligar a câmara, colocar um fundo e usar o modo galeria para ver todos).
- Assim que os grupos retornam à sala comum, apresentarão as suas cenas e o público terá que adivinhar qual é o conceito.
- Terão 15 minutos para preparar a cena e outros 10 para fazer a representação.

Considerações / recomendações / conselhos para adaptar a cada contexto.

Utilizar uma linguagem que seja inclusiva.
Comprovar que se compreenderam as definições.
Verificar se cada equipa faz uma representação de acordo com o conceito que lhes calhou.
Ter um pequeno glossário caso o grupo precise de expandir algum conceito ou informação específica.

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educativas

Perguntas para resumo e reflexão (para os participantes)

Na última fase da atividade, os jovens podem responder, pessoalmente ou anonimamente, às seguintes questões:

- ? Alguma vez já ouviu estes conceitos?
- ? Já participou em uma atividade ou processo semelhante a este?
- ? O que mais gostou nesta introdução?
- ? O que melhoraria nas próximas sessões?
- ? De 0 a 10 (0 é a pontuação mais baixa e 10 é a mais alta) como se sentiu em relação a esta sessão?
- ? De 0 a 10 (0 é a pontuação mais baixa e 10 é a mais alta) quanto gostou da sessão?
- ? De 0 a 10 (0 é a pontuação mais baixa e 10 é a mais alta) como se sentiu com o resto do grupo durante esta sessão?

Indicadores / observações

Será possível observar as diferentes curiosidades que os jovens têm sobre os conceitos do projeto. Além disso, serão solicitados a responder algumas questões de 0 a 10, para conhecer os seus sentimentos iniciais (individualmente e com o grupo). Desta forma, as diretrizes para a aplicação das sessões seguintes podem ser atualizadas.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G2 - P6 – Introdução do projeto

Título da pildora educativa: **Metodologia do Teatro do Oprimido**
Grupo de propostas educativas: **Introdução do projeto**

Grupo alvo	Jovens de 14 a 30 anos.
Objetivo principal	Informar e explicar como a metodología do Teatro do oprimido pode ser utilizada como uma ferramenta para trabalhar con jovens sobre o tema do abuso escolar e do ciber abuso. *Na realização desta proposta no trainning de Portugal, acordou-se que ela se destina apenas a formar os/as formadores/as.
Títulos dos exercícios	"Introdução do projeto".
Tiempo total	50 minutos.
Logística y materiales	Zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades.

Exercício 1 – Título: "Introdução do projeto" Tempo 5 minutos

Objetivos específicos

Apresentar o projeto.
Dar formação aos/às formadores/as.

Introdução do exercício

Preparamos os participantes para que nos escutem.

Apresentação do projeto

- Nesta proposta descreve-se a razão e importâcia da utilização das técnicas do teatro do oprimido para a prevenção do bullying e ciberbullying.
- Apresentam-se as técnicas de Teatro do Oprimido e em concreto as que mais serão utilizadas durante a formação (apresentação Powerpoint destinada aos/às formadores/as).
- Propõe-se a vizualização de vídemos como exemplo de de propostas educativas.
- Incorporação de perguntas para reflexão.

Desenvolvimento do exercício

Iniciamos a proposta com uma dinâmica introdutória sobre medos, expectativas e desejos no desenvolvimento da formação. Cada participante deve ter uma folha de papel para desenhar uma árvore. Na parte inferior (raízes) deve escrever os medos que tem relacionados com a formação, nos galhos deve colocar as expectativas e na parte superior (os frutos), colocará os desejos. No final do desenho terão que ver quantos dos seus medos (raízes) são contrariados pelos seus desejos (frutos) e, quem quiser, poderá partilhar com os restantes, mostrando o seu desenho e explicando-o.

Em seguida, os facilitadores introduzirão o tema do teatro oprimido, perguntando aos jovens se eles sabem algo sobre o tema, ou, mesmo se não souberem, se poderiam dizer o que acham que significa.

* Para verificar quais são os conhecimentos do grupo, faremos a seguinte atividade que podemos chamar de **"Termómetro".** Criamos várias sub-salas do Zoom para que as pessoas conversem e se questionem acerca dos seus conhecimentos sobre a metodologia do Teatro do Oprimido.

(Esta proposta descreve o motivo e a importância do uso de técnicas de Teatro do Oprimido para a prevenção do bullying e do cyberbullying).

Após a formação em Portugal, ficou acordado que seria conveniente dar esta formação aos formadores e, para tal, utilizou-se um Power Point preparado para o efeito.
A proposta é que os facilitadores realizem uma avaliação aos participantes antes de realizar a formação, após cada grupo de propostas e no final da formação.
Esses questionários foram elaborados de forma a que fossem aplicados da mesma forma em todas as entidades, para posteriormente poder comparar-se os resultados.

Serão feitas perguntas transversais, como o que aprendeu com este grupo de propostas? e outras mais específicas em relação ao conteúdo de cada grupo específico.

Considerações / recomendações / conselhos para adaptar a cada contexto.

Pode-se usar algum suporte visual para as explicações ,a fim de facilitar a compreensão

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educativas

Perguntas para resumo e reflexão (para os participantes)

Na última fase da atividade, os participantes responderão anonimamente às seguintes questões:

- O que espera das atividades que irá realizar?
- Já participou de algo semelhante?
- Das atividades apresentadas, qual a que captou mais a sua atenção?· O que mais gostou nesta atividade?
- De 0 a 10 (0 é a pontuação mais baixa e 10 é a mais alta) como se sentiu em relação a esta atividade?
- De 0 a 10 (0 é a pontuação mais baixa e 10 é a mais alta) quanto gostou da atividade?
- De 0 a 10 (0 é a pontuação mais baixa e 10 é a mais alta) como se sentiu com o resto do grupo durante esta atividade?

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G3 P7 – Aprender fazendo: Expressão corporal

Título da proposta educativa: Expansão criativa
Grupo de propostas educativas: G3 - Aprender fazendo: expressão corporal

Grupo alvo	Jovens de 14 - 30 anos
Principais objetivos	Ampliar as posibilidades expressivas do nosso corpo e nossa voz. Trabalhar em grupos, propor, discutir, desenvolver ideias, defendê-las ou rejeitá-las. Desenvolver a criatividade.
Títulos dos exercícios	- Conhecer e sentir o corpo. - O espelho humano.
Tempo total	30 minutos
Logística e materiais	Uma sala espaçosa e aberta, equipamento de música, microfone e câmara para gravar / Plataforma Zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades (formato presencial)

Depois das atividades de introdução ao projeto SIEP e dos participantes, irão ser realizadas atividades relacionadas com a expressão corporal. Para tal, serão desenvolvidos os seguintes exercícios:

1. Conhecer e sentir o corpo. Permite-nos relaxar ou tensionar o nosso corpo, tomar consciência dos movimentos e da importância de todo o corpo, que o corpo se expressa com os movimentos - linguagem corporal.
2. O espelho humano. Comunicar-se através do corpo.

Objetivos específicos

Conhecer o corpo e os seus movimentos, tomar consciência de que o corpo fala e se expressa por meio dos movimentos.

Desenvolvimento dos exercícios:

Conhecer e sentir o corpo. 15 Minutos. Uma pessoa será responsável por orientar este exercício. Solicitará que os participantes se coloquem num grande círculo e solicitará que realizem movimentos individuais das partes do corpo que refere, até que todas as partes se movam.

O espelho humano. 15 minutos. Uma pessoa será responsável por orientar este exercício. Será pedido aos participantes que fiquem em par: um dos dois realiza movimentos corporais e o outro segue com os mesmos movimentos como se fosse a sua sombra ou espelho. Com este exercício procura-se conectar ou relacionar um com o outro. Pode ser feito num grupo de mais de duas pessoas

Música: **https://youtu.be/hcOwwC17KmI**

Descrição do desenvolvimento das atividades (formato virtual)

O espelho humano

Para este exercício, os participantes serão divididos em sub-salas de duas pessoas e, desta forma poderão realizar os seus movimentos corporais para simularem ser um espelho ou uma sombra.

Depois retornarão ao grande grupo para mostrar aos outros os seus movimentos.

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educativas

Perguntas para reunir informação e reflexão (para os participantes)

- Como se sentiu ao fazer a atividade?
- A linguagem corporal é importante para si?
- Foi difícil para si realizar as atividades?

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G3 P8 - Expansão criativa

Título da proposta educativa: Expansão criativa
Grupo de propostas educativas: G3 Aprender fazendo – expressão corporal

Grupo alvo	Jovens dos 14 - 30 anos
Principais objetivos	Ampliar as posibilidades expressivas do nosso corpo e voz. Trabalhar em grupos, propor, discutir, desenvolver ideias, defendê-las ou rejeitá-las. Desenvolver a criatividade..
Títulos dos exercícios	- A imagem da hora; - O gesto ritual
Tempo total	45 minutos
Logística e materiais	Plataforma zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades

O facilitador explica aos participantes, no início da sessão, quer irão ser colocados em prática 2 exercícios para trabalhar a expressão corporal e a importância da linguagem não verbal. Isto porque, muitas vezes, mais do que as palavras, é o corpo e o não verbal que transmitem mensagens e que revelam intenções. Será ainda referido que os exercícios permitirão explorar não só o próprio corpo, mas também entrar em contacto com o corpo dos companheiros, ativando a imaginação individual e grupal.

Objetivos específicos

- Explorar o corpo;
- Ter contacto com os outros partcipantes
- Ativar a imaginação individual e grupal.

Exercício 1 – Título "A imagem da hora" Tempo 10-15 minutos

Introdução do exercício

O facilitador explica que, neste exercício, dará três tipos de ordem:
1) horário;
2) imagem;
3) ação.

O horário será constituído de uma sequência sucessiva de horas-chaves; a imagem consistirá naquilo que fazem habitualmente, ritualisticamente naquela hora e naquele dia; na ação os participantes iniciarão um diálogo com as personagens - imaginadas -com as quais costumam relacionar-se a essa hora e nesse dia. Cada ator permanecerá imerso, circunscrito a seu próprio mundo particular, sem que tenha algum contacto com os outros.

Desenvolvimento do exercício

O facilitador pede ao grupo que feche os olhos. De vez em quando, dá os três tipos de ordem, *(no próximo vídeo as partes serão vistas como exemplo):*

1) O facilitador anuncia a hora e os participantes preparam-se.
2) Então, ordenará Imagem!, e todos os participantes realizarão, simultaneamente, a imagem daquilo que fazem habitualmente, ritualisticamente (ou excecionalmente) naquela hora e naquele dia.
3) Por fim, o facilitador dirá Ação! e os participantes iniciarão um diálogo com as personagens - imaginadas -com as quais costumam se relacionar a essa hora e nesse dia. Cada ator permanecerá imerso, circunscrito a seu próprio mundo particular, sem que tenha algum contato com os outros.

Ao ouvir a ordem Parem!, todos cessarão as suas atividades e se prepararão para o debate.

Exercício 2 - Título "O gesto ritual" Tempo 25-30 minutos

Introdução do exercício

O facilitador inicia a atividade refletindo que cada sociedade possui os seus rituais e, consequentemente, os seus próprios gestos rituais. Torna-se importante desvendar os rituais de cada sociedade, na medida em que se constituem nas expressões visuais das opressões que existem no seio da sociedade em questão. Uma determinada opressão sempre é manifestada por sinais visíveis, deixa sempre marcas. Pode-se discutir e descobrir as opressões sociais seja através do discurso, seja por meio das técnicas da imagem. Refere, assim, que a técnica que irá ser dinamizada procura descobrir esses rituais.

Desenvolvimento do exercício

Um voluntário começa a fazer um gesto sem movimento. O resto do grupo está com a câmara desligada. O facilitador dá visibilidade àqueles que levantaram as mãos para adicionar o seu gesto com movimento e depois com som. Quem já participou fica com a câmara ligada. Pode haver participantes que não mostram os seus gestos.

Quando gesto + movimento + som já foram alcançados, a interpretação do gesto é discutida. É claro que apenas gestos rituais pertencentes a uma determinada sociedade, cultura ou momento histórico podem ser compreendidos e completados pelos demais participantes. Às vezes, tais gestos só podem ser compreendidos pelas pessoas que se submetem a eles.

Considerações / recomendações / conselhos para adaptar a cada contexto.

No **exercício1**, por vezes a hora poderá ser determinada com precisão: meio-dia, duas horas, quatro horas, dez horas, meia-noite, três horas da madrugada, oito horas da manhã, dez horas da manhã. Em outras ocasiões, poderá permanecer imprecisa: o final da tarde, à noite, de manhã cedo, de madrugada etc. Em outras oportunidades ainda, quando o facilitador sentir que é importante, poderá especificar até o dia da semana: sábado à noite, domingo à tarde. Ou, então, evocar datas especiais: seis horas da tarde num dia de eleições, a madrugada do dia de seu aniversário, quinze para a meia-noite do dia 31 de dezembro.

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educativas

Perguntas para briefing e reflexão (para os participantes)

No que diz respeito ao **exercício 1**, o facilitador pode centrar o debate sobre o que aconteceu com cada um dos participantes e quais são os pontos de contacto existentes, quais são as semelhanças entre o que eles fizeram ou vivenciaram:

- Em que ponto cada um ou todos se sentiram num pico de energia (a subir)?
- Em que ponto essas energias diminuíram?
- Quais foram os momentos que ficaram mais pesados?
- Quando se sentiram mais descansados ou relaxados?
- Quais foram as relações que foram estabelecidas com outros personagens? E com os objetos?
- Em que momentos iniciaram uma ação porque quiseram?
- Em que momentos fazem isso porque estão limitados por obrigações?
- Em que momentos se sentem felizes?
- Quando é que cada um sentiu o mesmo que os outros?
- Quando é que se sentiram originais?

Aprofundar tópicos como:

• Importância da comunicação não verbal.

• Sentimentos versus opiniões / ideias.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G3 P9 - Expansão criativa

Título de la proposta educativa: "Expansão criativa"
Grupo de propostas educativas: G3 -Aprender fazendo – expressão corporal

Grupo alvo	Jovens de 14 - 30 anos
Principais objetivos	Ampliar as posibilidades expressivas do nosso corpo e voz. Trabalhar em grupos, propor, discutir, desenvolver ideias, defendê-las ou rejeitá-las. Desenvolver a criatividade..
Títulos dos exercícios	- A imagem das palavras - As máquinas
Tempo total	45 minutos
Logística e materiais	Sala grande / Plataforma Zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades

O facilitador explica aos participantes, no início da sessão, quer irão ser colocados em prática 2 exercícios para trabalhar a expressão corporal e a importância da linguagem não verbal. Isto porque, muitas vezes, mais do que as palavras, é o corpo e o não verbal que transmitem mensagens e que revelam intenções. Será ainda referido que os exercícios permitirão explorar não só o próprio corpo, mas também entrar em contacto com o corpo dos companheiros, ativando a imaginação individual e grupal.

Objetivos específicos

- Explorar o corpo;
- Ter contacto com os outros partcipantes
- Ativar a imaginação individual e grupal.

Exercicio 1 - Título "A imagem das palavras". Tempo 30 minutos.

Introdução do exercício

O facilitador pede aos participantes que escolham entre si uma palavra que represente algo ou alguém que interessa ao grupo: ex. um país, uma região, um partido político, uma profissão, um estado de espírito, uma personagem histórica ou um acontecimento recente. Após a escolha da palavra, é explicado que os participantes terão que formar com os seus corpos a imagem da palavra que tiver sido escolhida.

Desenvolvimento do exercício

O facilitador pede cinco ou mais voluntários que desejem mostrar visualmente a palavra escolhida. Os cinco ou mais não devem ver o que faz cada um, a fim de não serem influenciados pelos precedentes. Cada um vem ao centro e mostra com o próprio corpo a imagem que tem sobre o tema dado. Quando todos os voluntários já tiverem feito, individualmente, as suas demonstrações, o facilitador deve perguntar se algum dos restantes participantes tem uma imagem diferente das cinco ou mais que foram mostradas. Quase sempre a resposta é positiva. Assim, um a um, todos os participantes que o desejarem, vêm ao centro e mostram com os próprios corpos a imagem que lhes ocorre do tema proposto. Quando todos já tiverem passado ao centro, o facilitador procede à dinamização.

Uma vez construído o modelo, o facilitador propõe a dinamização que, neste caso, deve ser feita em etapas.

Primeira dinamização: o facilitador dá um sinal e todos os participantes que fizeram imagens voltam ao centro e repetem exatamente a mesma imagem que haviam proposto, só que agora todos o fazem simultaneamente, e não um a um. Se antes cada ator mostrava sua imagem, fazendo-o de forma subjetiva, pessoal, agora, porém, quando todos mostram a imagem ao mesmo tempo, podemos ter uma visão múltipla do tema, isto é, uma visão totalizadora, objetiva.

Segunda dinamização: a um sinal do facilitador, todos os participantes devem buscar um inter-relacionamento possível com os demais participantes em cena; isto é, não basta que mostrem as suas imagens, devem tratar de inter-relacioná-las.

Cada um pode escolher apenas uma outra imagem ou várias, aproximar-se ou separar-se, fazer o que bem entender, desde que sua posição física passe a ser significativa em relação aos demais participantes e em relação aos objetos que porventura tenham sido incluídos nas diversas imagens ou pressupostos. Assim, se antes cada imagem valia por si mesma, agora o importante é o inter-relacionamento, o conjunto, o macrocosmo.

Formato Virtual

Para a atividade "A imagem das palavras" é necessário colocar o Zoom no modo galeria. As únicas palavras que serão utilizadas serão bullying e cyberbullying e cada participante faz um gesto que representa a palavra. Posteriormente, uma divisão em grupos é feita em sub-salas Zoom com os participantes que fizeram os gestos mais semelhantes e selecionam uma pessoa e um gesto que seja o mais representativo para mostrar ao ingressar na sala geral do Zoom.

Exercício 2 - Título "Máquinas" Tempo 10-15 minutos

Introdução do exercício

Antes de iniciar o jogo, o facilitador pergunta ao grande grupo: “O que é uma máquina?”, “Que características tem?”, “Como é?”. O grupo responderá a essas perguntas (e outras sobre o que pode ser feito) e com essas informações iremos proceder à construção da sua própria máquina em grupos de 6 a 8 pessoas. Para criar essa máquina eles têm os seus corpos e vozes, com todas as capacidades que têm e são capazes de imaginar. Irão fazer a máquina juntos, a partir das contribuições dos participantes.

Desenvolvimento do exercício

Estamos num círculo, uma pessoa (quem quer que seja) chega ao centro e propõe um som e um movimento, ambos rítmicos. Ao observar a pessoa ou pessoas do centro, cada uma propõe movimentos e sons rítmicos e constantes. É assim que criamos a nossa máquina. Quando todos os membros do grupo participam, pedimos que congelem por um momento, para respirar. De onde estão observe os seus companheiros de equipa, primeiro enquanto eles estão congelados e depois também durante a ação. Pedimos que a máquina continue o seu som e movimento um pouco mais antes de terminar o exercício. Essas máquinas podem ser feitas de sons e movimentos aleatórios ou também podem ser feitas de um conceito. A diferença é que, antes de sair a primeira pessoa, dizemos: "Vamos fazer a máquina do amor" e, a partir daí, todos os participantes trabalham com esse conceito na hora de criar o seu som e movimento. Algumas máquinas possíveis podem ser:

1. A máquina do ódio.
2. O antídoto da máquina do ódio.
3. A educação.
4. Qualquer outro tema.

Depois de fazer cada máquina, podemos analisar as suas partes, a sua dinâmica, o seu tipo de movimento e som, levando em conta o conceito que representamos e, a partir daí, vamos entender o significado daquele conceito, como o grupo o entende e interpreta.

Formato Virtual

"As máquinas": divide-se em grupos, cria-se a máquina anti-bullying, mostra-se e analisa-se como cada grupo a interpretou: diferenças e semelhanças. A atividade é adaptada ao número de participantes do grupo.

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educacionais

Para o exercício 1 "A imagem das palavras"

Houve diferença entre a primeira imagem feita pelos voluntários e a última imagem modificada pelo público? Qual?

Para o exercício "As Máquinas"

A reflexão deve girar em torno dos elementos que compõem a máquina, o que cada um representou, qual a relação entre eles e se pensam que faltou algum outro elemento. Para encerrar a reflexão, pode-se perguntar qual dos dois exercícios foi mais fácil para eles representar e porquê.

Aprofundar tópicos como:

- Importância da comunicação não verbal.
- Sentimentos versus opiniões / ideias.

G4 P10 – Imagem de transição

Título da proposta educativa: Imagem de transição
Grupo de propostas educativas: G4 - Analisar o Contexto através das técnicas do Teatro do Oprimido.

Grupo alvo	Jovens dos 14 - 30 anos
Principais objetivos	Analisar o Contexto através das técnicas do Teatro do Oprimido
Títulos dos exercícios	A imagem de transição
Tempo total	30 minutos
Logística e materiais	Sala ampla / Plataforma Zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades

Objetivos específicos
Iniciar os participantes no uso de técnicas do teatro do oprimido para analisar situações que lhes permitam trabalhar o fenómeno crescente do bullying em contexto escolar.

Introdução ao exercício
Com este exercício, os participantes entram em contacto com uma técnica que os aproxima da exploração de situações de opressão e poder.
O facilitador direciona a atenção para o que é exibido em muitos relacionamentos pessoais. Nesse caso, enfoca a questão do **"poder" nas relações em que a "desigualdade"** é mostrada em alguns aspetos importantes. Este tópico é levantado porque o bullying entre alunos manifesta uma certa "desigualdade" que abre caminho para uma relação de opressão. Trata-se de introduzir o grupo na reflexão de que ser "diferente" de alguma forma não deve levar à exclusão, mas sim à inclusão, fazendo com que muitas oportunidades de contributos surjam dessas diferenças. É conveniente manter a perspetiva de que o poder também é uma possibilidade de contribuição no sentido mais amplo da palavra e que emerge da diferença.
Com o exercício "Imagem da transição", pretende-se produzir um debate (apenas com imagens, sem palavras) sobre o **poder e a desigualdade** a partir de um modelo com o corpo.

Desenvolvimento do exercício

Primeiro passo. O facilitador convida o grupo a formar um círculo. A um determinado sinal do facilitador, cada participante faz uma representação com o seu corpo do tema "poder". A imagem de cada participante deve ser estática, mesmo que envolva algum movimento com a presença de outras pessoas ou objetos. Com essa modelagem de cada participante, há uma espécie de discussão apenas com imagens e sem palavras.

Segundo passo. Com as imagens de cada modelo o grupo constrói um único modelo aceite pela maioria e amplamente enriquecido, que apresenta o tema do "poder" com várias imagens acordadas pelo grupo. A palavra não intervém em todo o procedimento, mas sim as imagens. É um debate de imagens.

Terceiro passo. O **modelo** obtido nesta discussão de imagens é um modelo real, aceite pelo grupo. O animador pede ao grupo que construa um modelo ideal de "poder", a partir do modelo real e, neste modelo, o "poder" é eliminado.

Quarto passo. Passa-se à **dinamização**. O animador deixa claro aos participantes que podem comentar a **passagem da imagem real para a imagem ideal**, de forma a que cada participante atue como escultor, mudando tudo o que ache necessário para transformar a realidade do poder dominante (eliminando-o) e contribuindo qualquer diferença como fonte de **poder cooperativo**. Toda essa construção de imagem é feita sem palavras, porque o **debate** é feito com as imagens e cada imagem deve ser debatida como realizável ou fantástica.

Quinto passo. Depois que todos tiverem mostrado as suas imagens de transição, o animador faz uma verificação prática do que foi discutido com as imagens.

Sexto passo. A um sinal do animador, cada personagem da imagem começa a mover-se em câmara lenta. Ou seja, faz um movimento e apenas um, visando mudar para a imagem desejada de "poder". O movimento é feito de acordo com o personagem e não com quem o interpreta. A cada dica do animador, cada personagem olha para os outros para se posicionar em relação às outras imagens. Quando as imagens param, presume-se que um nível de aceitação comum a todos os participantes foi alcançado.

Formato virtual.

O formador investiga aprofunda diferentes conceitos de "poder". Na sala principal do Zoom, cada um apresenta a sua imagem do conceito de "poder", e imagens semelhantes vão para as sub-salas do Zoom onde escolhem uma única imagem que represente as outras. Ao retornar à sala principal do Zoom, o exercício de transição da imagem é feito com as imagens selecionadas nas sub-salas. Nesse caso, devem tentar comunicar as mudanças nas imagens por meio de gestos, evitando palavras.

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educativas

Perguntas para a reflexão (para los participantes)

- Quais foram as partes ou momentos mais difíceis do exercício?
- Foi complexo lidar com o conceito de poder como algo que pode residir no diferente sem ser opressor?
- Este exercício é considerado útil para contextualizar a análise do bullying?
- Que diferenças observaram entre a primeira imagem de poder e a última construída pelo grupo?

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G4 P11 - "A imagem do antagonista"

Título da proposta educativa: A imagem do antagonista"
Grupo de propostas educativas: G4 - Analisar o Contexto através das técnicas do teatro do Oprimido

Grupo alvo	Jovens dos 14 - 30 anos
Principais objetivos	Analisar o Contexto através das técnicas do teatro do Oprimido
Títulos dos exercícios	A imagem do antagonista
Tempo total	60 minutos
Logística e materiais	Plataforma zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades

Objetivos específicos
Iniciar o grupo nas técnicas de "Teatro do oprimido"; Compreender a relevância do "Teatro dos oprimidos" para prevenir os fenómenos de abuso escolar e ciberabuso.

Introdução do exercício
Com esta atividade pretende-se iniciar o grupo nas técnicas do teatro do oprimido (imagem, ritmo, frase identificação, reconhecimento, improvisação, modo feira, modo normal, modo suave e macio), evidenciando os principais conceitos que as sustentam (opressão, oprimido, opressor).
Em primeiro lugar, o diretor escolhe o tema que deseja tratar, restringindo-o à área das relações interpessoais. Neste caso o tema será o medo. Explica que escolheu esse tema, porque é através do medo que aceitamos ser oprimidos. Um homem sem medo não será jamais oprimido. Sempre temos medo; um pouco mais, um pouco menos; somos disso totalmente conscientes ou quase nada ou nada. Mas o medo está lá, à espreita, condicionando as nossas ações e reações, a nossa vida.
Explica que cada participante deve então **pensar numa situação concreta,** envolvendo cada um deles e um antagonista, no qual ele ou ela sentiu medo diante desse antagonista. A situação deve ser bem concreta e bem clara: um versus o outro. Não se pode pensar vagamente no medo da sociedade, mas sim no medo provocado por um dos seus representantes. Não servem os medos "metafísicos", mas sim os "medos sociais". Não os medos de quê, mas os medos de quem, mesmo que o medo de alguém signifique o medo de alguma coisa. Isto é: o medo tem que ser corporificado numa pessoa e não mantido abstrato

Desenvolvimento do exercício

* Importante dar apoio e suporte emocional neste exercício.

Primeira etapa: a imagem de si mesmo

Cada participante deve pensar em uma situação específica que envolve a si mesmo e um antagonista de quem tem medo. Quando cada participante tiver pensado em uma situação social muito específica, deve pensar em uma imagem de seu próprio corpo quando sentir esse medo. O seu próprio corpo na presença do antagonista, cara a cara. Nesse momento, o diretor vai pedir a todos que façam a imagem uns dos outros ao mesmo tempo. É importante que todos façam as suas imagens ao mesmo tempo para que ninguém influencie ou seja influenciado pelos outros.

Segunda etapa: a formação de famílias de imagens

O diretor agrupa as pessoas por imagens semelhantes. Isso formará pequenos grupos de "famílias de imagens". Haverá três, quatro ou até cinco famílias de imagens diferentes. Mais do que isso não é conveniente, pois distrairá e dividirá a atenção dos participantes.

Terceira etapa: a escolha das imagens

Uma vez formadas as "famílias", o diretor divide o grupo de imagens em sub-salas do Zoom e propõe que o grupo, como um todo, escolha em cada família uma imagem que "contenha" as outras ou as sintetize. A imagem que contém o maior número de elementos sensíveis presentes em toda a família. O grupo irá, assim, escolher uma imagem representativa de cada família. Essas três, quatro ou cinco imagens escolhidas, juntas, serão as imagens dos medos do grupo, naquele dia e naquele momento.

Quarta etapa: a dinamização

Esta etapa relativamente longa deverá dar os seguintes passos:

(É importante ter em mente que nestes passos as estátuas não podem falar. São os outros participantes que fazem as observações.):

1. O diretor pede ao grupo que faça as suas observações sobre o que vê. Os comentários, mesmo contraditórios, devem ser apenas expostos, sem que se chegue a uma conclusão. Cada um expõe os seus sentimentos e o diretor deve procurar sempre chamar atenção para detalhes físicos **objetivos**, como: estão de pé ou sentados?, que fazem as mãos e os olhos?, qual é a posição do corpo ? etc. Não se trata de interpretar, mas sim de ver o que se olha.
2. O diretor pede aos atores-imagens que determinem o ritmo de suas imagens: lento ou rápido, desenvolvendo, com o ritmo, os seus sentimentos em relação àquele momento particular de medo.
3. Depois de terem feito a imagem e lhe terem atribuído um ritmo, o diretor pedirá que, todos ao mesmo tempo, sempre mantendo ritmada a imagem, digam uma ou mais frases que surjam, nesse momento, no pensamento dos personagens que estão interpretando. Primeiro,

todos ao mesmo tempo, sempre com o mesmo intuito de não se influenciarem uns aos outros e, depois, cada um por sua vez, para que testemunhemos todos. Teremos, assim, imagem, ritmo, frase.

4. Neste ponto, o diretor pede que cada protagonista realize uma metamorfose: ele apresenta essa imagem, com esse ritmo e diz tal frase ou tais frases, porque tem diante de si nesse momento real e concreto tal antagonista. Que imagem terá esse antagonista? Assim, em câmara lenta, cada protagonista deverá metamorfosear a sua imagem na imagem do antagonista: veremos assim como é que cada um se transforma na imagem do seu opressor.

5. O diretor pedirá, em seguida, que cada qual dê um ritmo à sua imagem do antagonista e, depois, diga uma ou mais frases que correspondam aos pensamentos do antagonista nesse momento concreto, real e preciso. Nada de abstrações ou generalidades.

Chegados a esse ponto, teremos visto as imagens dos protagonistas com ritmos e frases. E estaremos vendo as imagens dos antagonistas, igualmente com ritmos e frases. Tudo obra dos oprimidos, que representavam os medos de todo o grupo, simbolizados, sintetizados nessas poucas imagens.

Quinta etapa: identificações ou reconhecimentos

O diretor perguntará ao grupo quais as pessoas que se identificam com (o que raramente ocorre) ou que reconhecem, essas imagens de antagonistas, imagens de opressores. Quem se identificar com uma dessas imagens, ou reconhecê-la (por ser alguém concreto que o participante bem conhece, ou talvez que o faça sofrer) deve substituir essa imagem. O protagonista que a havia criado estará, portanto, livre para retornar à sua posição, à sua própria imagem de oprimido. Quando todos tiverem sido substituídos, teremos assim três, ou quatro, ou cinco duplas de protagonistas-antagonistas, isto é, de oprimidos-opressores. Os primeiros, totalmente identificados com as imagens, pois que se trata deles mesmos; os segundos, ou identificados (caso mais raro) ou identificando tais personagens, reconhecendo-os, sabendo de quem se trata e, portanto, preparados para vivenciarem a improvisação que se seguirá. As duplas defrontam-se e a nova etapa começa.

Sexta etapa: as improvisações em dois modos

O diretor dará quatro comandos sucessivamente:

Imagem! - e todos os participantes farão as imagens respetivas de protagonistas ou antagonistas, face a face;

2 Ritmo! - todos ritmarão suas imagens;

3 Frase! - todos dirão e repetirão as frases iniciais que haviam sido pronunciadas;

4 Ação! - a partir desse ponto todas as duplas passarão a improvisar a cena: os dois atores sabem o ponto de partida, mas não o de chegada, pois não se trata de reproduzir uma cena vivida no passado, mas de fazer uma experiência para o futuro: o protagonista tentará libertar-se da opressão e do medo e o antagonista, que é um ataque conhece tal opressor, tentará, em ação, mostrar como ele oprimiria.

Nesta etapa, surge quase sempre um problema que, na verdade, não o é. O ator que incorpora o antagonista tem, na sua experiência vivida, uma referência: alguém que ele próprio conhece, alguém que faz parte de sua vida, da sua experiência. Alguém concreto parecido com o opressor que inspirou o antagonista. Parecido, mas não igual. Portanto haverá sempre uma diferença, maior ou menor, entre o opressor, o antagonista imaginado por um e por outro. O protagonista poderá ter pensado no pai e o ator que incorpora o pai poderá estar pensando no sargento da sua guarnição. Dar-se-á, aqui, um aparente contra-senso, uma cena surrealista. Um dirá "pai!" e o outro responderá soldado! Na verdade, o que o ator-antagonista fez foi destacar o caráter sargento da imagem pai. As imagens são polissémicas e aí reside a sua riqueza. Essas diferenças podem causar distrações nos atores, que devem estar preparados uma vez que isso aconteça. Se acontecer, tanto melhor, porque mais aprenderemos sobre a cena, a situação, os protagonistas e os seus e nossos medos. Normalmente, depois de alguns minutos, esta técnica, extremamente intensa e conflitual, pode deflagrar num explosivo enfrentamento em que os atores se concentrarão mais na violência da atividade cénica do que propriamente na ação dramática. Por isso, o diretor deve propor o modo suave e macio: lento e baixo.
Já carregados pela primeira parte de livre improvisação, os atores apresentarão assim tendência a maior criatividade e aprenderão muito mais sobre a inter-relação.

Sétima etapa: a segunda improvisação

Depois de alguns minutos, o diretor deve interromper as improvisações e solicitar que outros participantes substituam o primeiro grupo de antagonistas, com a determinação de que procurarão utilizar uma nova forma de opressão, não presente da primeira vez: assim, o protagonista será confrontado a uma nova arma ou estratégia do arsenal do opressor. E terá que se defender dessa nova investida, aprendendo o que possível for dessa nova maneira de oprimir. Também aqui poderá ocorrer o falso surrealismo. Falso porque, na verdade, se trata de uma "dimensão" real da primeira imagem. Nesse caso, aquele que inicialmente era o pai e depois tornou-se o sargento, pode muito bem agora transformar-se no professor, ou o padre, ou o irmão mais velho, ou o patrão, ou o que quer que seja, isto é, o que quer que o ator substituto, o que incorpora a imagem do antagonista, tenha retirado da sua experiência vivida, da sua vida.
Assim, uma segunda improvisação terá lugar, em dois tempos; modo normal e modo suave e macio: lento e baixo.
Uma terceira ou quarta improvisação poderá ser feita sempre e quando entre os participantes existirem atores que reconheçam o antagonista (diferentes tipos do mesmo antagonista) e que se disponham à luta, a experimentar em cena os possíveis resultados desses enfrentamentos.

Oitava etapa: a troca de impressões

Terminadas as improvisações, o diretor conduzirá o debate, a troca de opiniões e de impressões, o relato do que sentiram os participantes.

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educativas

Perguntas para a análise e reflexão (para os participantes)

Quais as dificuldades sentidas ao longo do exercício?
O que é essencial no teatro do oprimido? (cena de opressão; um opressor; etc)
Qual a relação entre este exercício e as situações de bullying/cyberbullying?
Quem são os protagonistas envolvidos nestas problemáticas?
Como é que as técnicas do teatro do oprimido poderão ajudar na deteção de casos? E na intervenção?

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G4 - P12 - Teatro Periodístico

Título da proposta educativa: Teatro Periodístico
Grupo de propostas educativas: G4 - Analisar o Contexto através das técnicas do Teatro do Oprimido.

Grupo alvo	Jovens de 14 - 30 anos
Principais objetivos	Analisar o Contexto através das técnicas do Teatro do Oprimido
Títulos dos exercícios	Teatro periodístico
Tempo total	60 minutos
Logística e materiais	Sala ampla / Plataforma Zoom / Notícias

Descrição do desenvolvimento das atividades

Objetivos específicos
Iniciar os participantes no uso da técnica "Teatro Periodístico" do Teatro do Oprimido, para analisar situações que lhes permitam trabalhar o crescente fenómeno do bullying escolar.

Introdução ao exercício
Primeiro explica-se a todo o grupo que vamos trabalhar com o *Teatro Periodístico/Jornalístico* e o porquê (como se expôs na introdução).

TEATRO PERIODÍSTICO - É uma técnica muito poderosa para relacionar opressões pessoais e grupais com notícias da imprensa atual, e vice-versa, a partir de notícias da imprensa, por exemplo, para se conectar com a realidade do grupo e seus desafios. Permite-nos ler para além das notícias, saber mais sobre os temas que estão a ser trabalhados, ou tornar mais complexa a representação do enquadramento que permite o conflito social que representamos (Motos, 2009 & Forcadas, 2015).
O teatro jornalístico surgiu na década de 70 por Augusto Boal como uma resposta à repressão da ditadura brasileira. Criaram-se onze técnicas que procuram dinamizar as notícias da imprensa, gerando um debate e um exercício em tempos de crise.
No nosso caso, utilizamo-lo para partir de uma análise e de uma discussão sobre as notícias dos jornais para posteriormente fazermos uma representação criada pelos participantes.

Desenvolvimento do exercício
São formados 4 grupos heterogéneos de acordo com as realidades dos 4 países participantes deste projeto (República Dominicana, Paraguai, Portugal e Espanha). Uma vez criados os grupos, cada um dos grupos recebe notícias sobre bullying e cyberbullying de acordo com os 4 países. Ou seja, haverá um grupo que trabalha notícias da República Dominicana, outro do Paraguai, outro de Portugal e outro da Espanha.

Depois de lerem todas as notícias, devem escolher apenas uma delas e fazer um mapa conceptual no qual refletem:

- No centro: "Um título criado por eles sobre a notícia."
- Ao redor:
  - ? O que aconteceu, quando e onde (feito)
  - ? Porquê (causas)
  - ? A quem
  - ? Quem participou
  - ? Consequências
  - ? Prevenção

- Por trás escreve-se uma sinopse numa frase.

Desta forma, 4 mapas conceptuais ou mentais serão obtidos em 4 notícias de 4 países diferentes para se poder comparar as diferenças e semelhanças entre eles.

Formato virtual.

O facilitador pode apresentar aos participantes um exemplo de notícia com o mapa conceptual e as soluções.

Crie os grupos de trabalho nas sub-salas do Zoom e distribua as notícias. Quando terminarem, vão à sala geral do Zoom e apresentam os seus mapas.

Previamente sugere-se que os grupos utilizem um PowerPoint ou outra plataforma adequada para criarem os seus mapas conceptuais.

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educacionais

Perguntas para a reflexão (para los participantes)

Ficaram chocados com a notícia?

Foi difícil fazer uma nova interpretação das notícias a partir da análise?

Este exercício é considerado útil para contextualizar a análise de Bullying e cyberbullying?

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G5 - P13 – Introdução à técnica de Teatro Imagem

Título da píldora educativa: Introdução à técnica de Teatro Imagem
Grupo de píldoras: G5 - Criações de teatro imagem

Grupo alvo	Jovens dos 14 - 30 anos
Principais objetivos	Aprender a aplicar a técnica do teatro imagem para prevenção e deteção do bullying e ciberbullying.
Títulos dos exercícios	"Introdução à técnica de Teatro Imagem".
Tempo total	20 minutos.
Logística e materiais	Plataforma Zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades

Exercicio 1 – Título "Introdução à técnica de Teatro Imagem"

Tempo estimado: 10-15 minutos.

Objetivos específicos
Introduzir técnicas do teatro do oprimido e, em particular, a técnica do teatro imagem.

Introdução do exercício
Os participantes conhecerão as teorias e práticas desta metodologia (especificamente 'Teatr da Imagem'), pois é uma das ferramentas que fortalece a expressão e visibilidade do problemas sociais vividos pelos indivíduos no nosso meio.

Desenvolvimento do exercício
* Durante a formação em Portugal debatemos se esta primeira parte em que se explica Teatro do Oprimido e o Teatro da Imagem é utilizada apenas com os profissionais e a part dos exercícios a realizar com os participantes. Procuramos a forma mais aplicada possível.

* Esta parte destina-se à formação de profissionais (conforme acordado na formação d Portugal).

Antes de começarmos e contextualizar, iremos projetar um vídeo sobre bullying cyberbullying. Algumas das propostas são:

- *Y tú, ¿de qué lado estás?* (https://www.youtube.com/watch?v=oHejiVLTP2U)
- *Um video que te ensinará porquê evitar o #cyberbullying e o #bullyin (https://www.youtube.com/watch?v=Pvx5qbBotG4).*

1º) Projeção do vídeo do «Teatro doOprimido» (em espanhol com legendas em inglês)
https://www.youtube.com/watch?v=5_IV1vZnEYc até ao minuto 5:40 para os jovens.

2º) Debate sobre as ideias chave do vídeo
O que acharam?
A metodologia do Teatro do Oprimido (TO) é uma ferramenta pedagógica não formal que usa o teatro como meio de promover mudanças sociais e políticas. Essas técnicas permitem que as pessoas reflitam e vivenciem os problemas e barreiras sociais que estão no seu ambiente, obtendo uma melhor compreensão de si mesmas, das suas comunidades e do mundo.
Tudo isso é feito por meio de diferentes exercícios que consistem na simulação de diferentes casos reais, que virão diretamente da experiência da vida pessoal e coletiva dos participantes. Ao fazê-lo, discutiremos os problemas e tentaremos gerar alternativas de mudança na nossa comunidade, grupo e meio ambiente de forma criativa. Esta capacitação envolve as pessoas na descoberta e reflexão crítica por meio do diálogo e da experimentação de questões na sua própria pele.
Dessa forma, os participantes desenvolvem sua capacidade de empatia e respeito à diversidade e, com isso, favorecem a eliminação das barreiras sociais e a prevenção do bullying escolar e do cyberbullying..

3º) Projeção do vídeo da Técnica do Teatro da Imagem
Vídeo curto sobre teatro imagem em português com legendas em inglês.
https://www.youtube.com/watch?v=b5aMlBahAf0
É uma das técnicas do teatro do oprimido, elaborada por Augusto Boal. É um procedimento cénico em que a palavra não é utilizada e que procura a construção de imagens com os corpos dos participantes para evidenciar uma opressão coletiva. Inicialmente era chamado de teatro - estátua. *Debate sobre as experiências vividas até então com os exercícios da técnica do Teatro da Imagem.*

*Esta parte está destinada aos participantes

4º) Exercícios de teatro de imagens - ***'Escultor e escultura'.***
O facilitador vai dividir o grupo em sub-salas do Zoom em pares e é explicado que serão escultores e esculturas. Vão primeiro desempenhar um papel e depois outro. Pode ser repetido quantas vezes o facilitador quiser, só terão que trocar de pares nas sub-salas do Zoom.
A seguir, explicaremos o exercício com um exemplo de como o escultor pode esculpir a estátua. Tem três opções para esculpir:
1. Como **um espelho**: o escultor faz uma estátua com o corpo e a escultura copia-o.
2. Com as **mãos, com a ajuda da voz**, movemos e dirigimos o parceiro como se fosse uma massa de barro, explorando diferentes modelos.
3. Como uma **marioneta:** com fios imaginários que puxam diferentes partes do seu corpo. Isso pode ser feito sem tocar.

Sugerimos que primeiro se explore livremente e depois os conduzamos através de diferentes emoções. Finalmente, exploraremos estátuas relacionadas ao bullying; A vítima, o agressor e os observadores.

É importante lembrar aos participantes a importância da expressão da escultura, porque nos dirá muito sobre o estado daquela personagem que estamos a criar. A pessoa esculpida terá o seu físico conectado com o seu interior, permitindo que a forma esculpida se permeie internamente também. Assim, a forma conecta-se com o nosso universo emocional.

Considerações / recomendações / conselhos para adaptar a cada contexto.

- Recomenda-se um número par de participantes para realizar o workshop. Os exercícios são criados para um grupo de 20 participantes, mas podem ser adaptados para qualquer número de participantes.
- Mantendo o silêncio na sala, os participantes não devem falar uns com os outros, a menos que o facilitador permita ou o exercício exija.
- É muito importante que os exercícios sejam adaptados às pessoas do grupo.
- Ao longo dos exercícios, é recomendado que o facilitador estimule os participantes a respirar adequadamente para oxigenar o cérebro e facilitar o relaxamento.

Proposta de avaliação deste grupo de píldoras educacionais.

Perguntas para análise e reflexão

- - Qual é o seu sonho de transformar o mundo?
- - O que precisa para continuar a crescer?
- - O que sentiu durante os exercícios relacionados ao Teatro da Imagem?
- - Qual é o estado em que saiu do exercício?

G5 P14 - Criações de teatro imagem

Título das propostas educativas: Criações de teatro imagem
Grupo de propostas educativas: G5 - Criações de teatro imagem

Grupo alvo	Jovens dos 14 - 30 anos
Principais objetivos	Aprender a aplicar a técnica do teatro imagem para a prevenção e deteção do bullying e ciberbullying.
Títulos dos exercícios	"Criações de teatro imagem".
Tempo total	60 minutos.
Logística e materiais	Plataforma Zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades

Exercício 1 – Título "Criações de teatro imagem" **Tempo** 60 minutos

Objetivos específicos
Aprenda a criar cenas com o Teatro Imagen para trabalhar com jovens para prevenir o bullying e o cyberbullying.

Introdução do exercício
Explicaremos que o objetivo nesta parte é praticar diferentes exercícios nos quais os participantes se aproximem da realidade do quotidiano das pessoas envolvidas em casos de bullying e cyberbullying.

Esses exercícios consistem em simular diferentes situações baseadas em casos reais de bullying e cyberbullying, que virão diretamente da pesquisa e da experiência de vida pessoal e coletiva dos participantes. Ao fazê-lo, discutiremos problemas e procuraremos alternativas de mudança na nossa comunidade, grupo e meio ambiente de forma criativa. Esta formação envolve as pessoas na descoberta e reflexão crítica por meio do diálogo e da experimentação de problemas na sua própria pele. Dessa forma, os participantes desenvolvem a sua capacidade de empatia e respeito à diversidade e, para isso, promovem a eliminação das barreiras sociais e a prevenção do bullying e do cyberbullying.

Desenvolvimento do exercício
* Ao longo do desenvolvimento é importante dar apoio e apoio emocional aos participantes

1º) Criação de fotografias
Faremos o exercício com a criação de FOTOGRAFIAS para entender o mecanismo de análise das composições de imagens criadas.

Os participantes serão convidados a sair um a um e fazer a composição de uma imagem juntos para criar uma cena. Os exemplos para recriar serão os seguintes:
- Celebração de aniversário
- Boda
- Guerra
- Situación de abuso (por exemplo bullying e cyberbullying).

Após cada uma das criações será analisada a posição das estátuas e o que representam, de forma objetiva (posições) e subjetivamente (o que pensam e representam).

2º) Construir uma imagen coletiva a partir de uma historia selecionada
Para fazer esta parte, os participantes serão divididos em 4 sub-salas do Zoom primeiro. Nestes grupos, serão recolhidas as informações dos mapas documentais e cada grupo representará a história real de cada notícia para os recriar.

Depois de decidir em qual história e em quais dados se basear, devem criar três momentos importantes na história com três imagens estáticas (como se fossem fotografias):
- Apresentação (introdução)
- Desenvolvimento
- Momento de crise (sem retorno): momento de maior conflito

3º) Aprender a analisar as cenas
Depois que todos os grupos recriaram sua história, é feita uma análise das circunstâncias e das pessoas que influenciam o problema do bullying e do cyberbullying. Para isso, as técnicas da proposta 15 ajudarão:
"O monólogo interno"
"Diálogo"
"Desejo em ação"

Considerações / recomendações / conselhos para adaptar a cada contexto
- Recomenda-se um número par de participantes para realizar o workshop. Os exercícios são criados para um grupo de 20 participantes, mas podem ser adaptados para qualquer número de participantes.
- Mantendo o silêncio na sala, os participantes não devem falar uns com os outros, a menos que o facilitador permita ou o exercício exija.
- É muito importante que os exercícios sejam adaptados às pessoas do grupo.
- Ao longo dos exercícios, é recomendado que o facilitador estimule os participantes a respirar adequadamente para oxigenar o cérebro e facilitar o relaxamento

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educativas

Perguntas para análise e reflexão:

Individualmente, respondemos a algumas das perguntas fornecidas por escrito para ajudar cada um a avaliar todo o processo:

- Qual foi uma boa experiência para si durante esses exercícios?
- Qual aprendizagem / ferramenta / realização da formação pode ser útil para as suas atividades na sua organização?
- Quem apoiou a sua aprendizagem durante a formação?
- Quem beneficiará com a sua aprendizagem?
- O que gostou de aprender durante esta formação?

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G5 P15 - A imagem das imagens

Título de las propostas educativas: A imagem das imagens
Grupo de propostas educativas: G5 - Criações de teatro imagem

Grupo alvo	Jovens dos 14 - 30 anos
Principais objetivos	Aprender a aplicar a técnica de teatro imagem para prevenir e detetar o bullying e o cyberbullying.
Títulos dos exercícios	A imagem das imagens
Tempo total	40 minutos
Plataforma virtual	Plataforma Zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades

Objetivos específicos
Aprender a criar uma cena com o teatro imagem para trabalhar com jovens para prevenir o bullying e o cyberbullying.

Introdução do exercício
O facilitador explica que irá ser desenvolvido um exercício com a técnica do Teatro Imagem. O facilitador cria grupos de quatro ou cinco pessoas (os mesmos grupos do teatro períodístico) em subsalas Zoom. Cada participante desses grupos deve, em pouco tempo, imaginar uma opressão atual, levando em consideração o problema do bullying e do cyberbullying analisado no conjunto de atividades

Desenvolvimento do exercício
Anteriormente, criaram-se 4 trabalhos sobre as notícias do bullying e do cyberbullying nos diferentes países (Espanha, Portugal, República Dominicana e Paraguai).
De cada uma dessas histórias, vamos escolher um momento-chave e realizar esse tipo de dinamização para continuar o aprofundamento dessas situações da vida real.

<u>Primeira dinamização: o monólogo interno</u>
Durante aproximadamente três minutos nas sub-salas (o tempo a ser estabelecido dependerá da criatividade do grupo), todos os atores que integram a imagem deverão falar, sem interrupção, o que é que suas personagens estão pensando nesse momento específico. Os atores, imóveis, dirão tudo o que lhes vem à cabeça, não enquanto atores, mas enquanto personagens; isto é, tudo o que estiver relacionado à situação das personagens que eles animam e não à situação teatral que eles - atores _ estão vivendo. Esse falar ininterruptamente pode ser extremamente difícil. É preciso avisar aos atores dessa dificuldade para que ela mesma os estimule. Em geral, depois de um começo difícil, os atores habituam-se e acontece que, os três minutos tendo sido esgotados, muitos deles ainda tenham vontade de continuar.

Segunda dinamização: o diálogo

Durante aproximadamente mais três minutos, ainda nas sub-salas, os atores, sempre imóveis, poderão dialogar. Como não podem mover-se, se um ator quiser falar com outro que não vê, ou se quiser combinar uma ação com ele, deverá encontrar um meio – sempre imóvel- de enfrentar essa dificuldade.

Terceira dinamização: o desejo em ação

Muito vagarosamente, em câmara lenta, e dessa vez sem falar sequer uma palavra, sem emitir nenhum som, os atores se moverão e procurarão mostrar os desejos de suas personagens. Esta forma de dinamização também durará alguns minutos.

Vamos testar essas técnicas em cada uma das cenas por 5 minutos cada.

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educacionais

Perguntas para a reflexão (para los participantes

Individualmente, respondemos algumas das perguntas fornecidas por escrito para ajudar todos a avaliar todo o processo:

- ? O que aprendeu e não esperava aprender?
- ? O que esperava aprender e não aprendeu?
- ? O que fará em relação ao seu processo de aprendizagem após esta atividade?
- ? Qual foi uma boa experiência para si durante esses exercícios?
- ? Qual aprendizagem / ferramenta / conquista desta formação pode ser útil para as suas atividades na sua profissão / organização?
- ? Quem beneficiará com a sua aprendizagem?
- ? O que gostou de aprender durante esta formação?

G6 - P16 - Conselhos

Título de la proposta: Conselhos
Grupo de propostas educativas: G6 - Conselhos

Grupo alvo	Jovens dos 14 a 30 anos
Principais objetivos	Dar dicas para a ter em conta durante os exercícios.
Títulos dos exercícios	"Conselhos"
Tempo total	10 minutos
Logística e materiais	Plataforma Zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades

Exercício 1 – Título "Conselhos" Tempo 10 minutos

Objetivos específicos
Dar dicas para a ter em conta durante o processo de formação.

Desenvolvimento do exercício
Esta atividade será acompanhada do Power Point criado como material de apoio à explicação.

Processo versus resultado

Concentrarmo-nos conscientemente no PROCESSO ao invés do RESULTADO. Esse é outro elemento-chave no teatro social e no drama: não estamos necessariamente à procura de um resultado ou espetáculo performativo. O resultado que se procura é o processo que cada um dos participantes realiza ao longo da experiência: a sua própria experiência pessoal de aprendizagem e transformação. Qualquer tipo de dificuldade observada na "perspetiva do processo de aprendizagem" é correta: tudo ajuda a aprender.

Enfoque experiencial

O Teatro é experiência e "como se vai oferecer esse tipo de experiência a alguém se nunca a viveu plenamente antes?". Durante a maior parte da formação até agora, os participantes foram apenas isso: participantes. Só no final tiveram tempo para começar a conectar-se à experiência vivida com a sua própria prática. Ao longo do processo, o grupo muitas vezes exige mais "informações e orientação" antes ou durante a experiência. Mas sendo a nossa abordagem experiencial, nós (facilitadores) guardamos a incerteza do grupo para que os participantes tenham a vivência plena e, posteriormente, ao final, discutam sobre o tema. Devemos incluir alguns elementos de análise que ajudem cada participante a alcançar os seus próprios resultados de aprendizagem em relação à sua prática específica.

Marco de cuidado

No teatro tudo é possível, podemos vivenciar todo tipo de situações na vida, movimentos, relacionamentos, emoções, aventuras ... Esse é o poder transformador do teatro. Há apenas um limite para tudo isso: ninguém pode "aleijar-se", nada pode quebrar. Mesmo nas cenas mais violentas, cuidamos uns dos outros. Quando alguém ou algo é danificado, o teatro termina.

O que não pode ser contido nunca é aberto

Até onde gostaria de ir com um exercício, depende de si... Mas lembre-se de que a regra acima se aplica a si primeiro (como líder do grupo). Lembre-se de que, como facilitador de grupo, está a trabalhar com material sensível e a função de facilitador tem muito poder e responsabilidade. A qualquer momento crítico, pergunte-se: "Estou a empurrar este grupo (pessoa) para um lugar onde eles não querem estar, onde algo que não posso conter estará aberto?" Tenha isso em mente.

Pedido e necessidade

Como ler o grupo. Entrar num novo grupo para aprender coisas novas levanta algumas ansiedades (saudáveis) e é tarefa dos facilitadores do grupo observá-las e ajudar o grupo a processá-las adequadamente. Essas angústias estão ligadas ao que o grupo exige da facilitação e ao que realmente precisa. O que os grupos exigem abertamente não é, em todo o momento, o que eles precisam. Os facilitadores devem ler a necessidade do grupo fora dos seus pedidos explícitos. Devemos identificar a necessidade real por trás disso, como a necessidade de nos conhecermos e ter algo em comum. Sabendo disso, trabalhamos ativamente nessa necessidade, criando espaços para as pessoas se conhecerem e se conectarem. Ao mesmo tempo, para manter a frustração num nível apropriado, incluímos alguns jogos quando achamos adequado, mesmo que não tenham sido incluídos anteriormente na programação.

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educacionais

- - Expresse com o seu corpo como se sente após a apresentação.
- - Faremos um exercício para liberar toda essa tensão acumulada.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G6 - P17 - Conselhos

Título da proposta educativa: Conselhos
Grupo de propostas educativas: G6 - Conselhos

Grupo alvo	Jovens dos 14 a 30 anos
Principais objetivos	Dar dicas para a ter em conta durante os exercícios.
Títulos dos exercícios	"Conselhos"
Tempo total	10 minutos
Logística e materiais	Plataforma Zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades

Exercício 1 – Título "Conselhos" Tempo 6 minutos

Objetivos específicos
Ensinar a preparar os shows finais

Desenvolvimento do exercício
Esta atividade será acompanhada do Power Point criado como material de apoio à explicação.

- Recomenda-se a realização dos workshops pelo menos entre dois facilitadores, de forma a responder a todas as necessidades que o grupo exige.

- Não aprofunde certos tópicos para os quais não está suficientemente preparado para abordar. Isso é muito comum, porque é um assunto muito sensível.
- Enfatizar o processo de vivência, que através da experiência se aprende.

- Tente gerir o grupo quando se sair do tópico ou quando forem mencionados tópicos imprevistos.

- É muito importante que no início dos workshops possam ser determinados alguns acordos ou regras de convivência. Isso ajuda a manter o respeito mútuo e a compreensão entre todos os participantes.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G6 P18 ROSTO - Conselhos

Título de la proposta educativa: LET´S DO IT **Grupo de propostas educativas G6** -"Conselhos"	
Grupo alvo	Jovens dos 14 a 30 anos
Principais objetivos	Dar dicas para a ter em conta durante os exercícios.
Títulos dos exercícios	Let´s do it
Tempo total	30 minutos
Logística e materiais	Plataforma Zoom

Descrição do desenvolvimento das atividades

Objetivos específicos

Dar algumas dicas sobre como preparar os "shows" e a ter em conta na dinamização dos exercícios.

Introdução do exercício

O facilitador explica que a experiência terá que ser o ponto de partida para a aprendizagem, seja ela a experiência real de vida dos/as participantes, seja uma experiência simulada no context do grupo, uma vez que mobilizamos sempre aquilo que somos para os nossos processos de aprendizagem. Mas a experiência será também a finalidade da aprendizagem, na medida em que se pretende que esta seja útil e prática, com aplicabilidade concreta em futuros contextos e situações de vida dos/as participantes.

Podem ser criados grupos de participantes, divididos em salas de zoom, para discutir cada uma destas dicas.

No final da atividade, todos juntos, voltam à sala principal e discutem em grande grupo porque consideram que estes conselhos podem ser importantes para os facilitadores.

Desenvolvimento do exercício

No final do exercício deve-se debater os aspetos mais relevantes neste processo, nomeadamente:

- ✓ **Participação de todos e co-responsabilidade**

O contexto do Teatro do Oprimido deve permitir que todos/as os/as participantes - sem exceção - participem livremente nas atividades, em consonância com as suas características e motivações, e se sintam ativamente integrados e corresponsáveis pelo processo de aprendizagem.

- ✓ **Centrado nos/as participantes**

Deve estar centrado nas/os participantes a dois níveis: (1) respondendo às necessidades e expectativas individuais e coletivas expressas pelos/as participantes e (2) dependendo, principalmente, das contribuições dos/as participantes, sempre apelando ao seu potencial reflexivo, crítico e criativo.

- ✓ **Estratégia de aprendizagem mútua**

A estratégia adotada deve permitir que todos/as possam aprender e todos/as possam contribuir para o processo de aprendizagem coletiva. Assim, a interatividade e a cooperação deve ser um recurso central visando, principalmente, revelar a diversidade (de experiências, valores, culturas, personalidades, conhecimentos, habilidades, papéis e tradições políticas) presentes no grupo e extrair resultados de aprendizagem a partir dela. Em certa medida, também os conflitos no grupo devem ser tratados como recursos construtivos de aprendizagem.

- ✓ **Desenvolvimento integrado de competências**

O contexto formativo deve ser projetado com o objetivo de desenvolver competências específicas, de forma integrada, combinando conhecimentos, capacidades e atitudes. É através desta síntese, com base num conjunto de valores partilhados, que a transformação pessoal e coletiva pode ser alcançada.

- ✓ **Transformação da realidade**

O contexto deve estar profundamente relacionado com a realidade dos/as participantes. Isso significa (1) assumir que não há "verdades definitivas", (2) promover uma análise crítica coletiva sobre a realidade que permita desconstruir ideias preconcebidas e imaginar alternativas, e (3) desenvolver as bases para o envolvimento em ações transformadoras – capacitação.

- ✓ **Ambiente de aprendizagem seguro**

Numa abordagem onde as pessoas são o centro e os sujeitos do processo de aprendizagem, é essencial que seja promovido um ambiente de aprendizagem seguro. Isso significa que os/as participantes se possam sentir livres para expressar - ou não expressar - abertamente as suas ideias, experiências e sentimentos, às vezes aprendendo por tentativa e erro, sem se sentirem julgados/as e sem ser posto em risco o seu bem-estar no grupo ou na comunidade. A discussão é o momento central do processo de aprendizagem experiencial; é o momento em que o grupo de participantes percorre as etapas de relato e reflexão e de generalização do ciclo de aprendizagem experiencial. O papel do/a director/a é orientar o grupo neste percurso, promovendo a aprendizagem pessoal e uma elaboração coletiva de conceitos, princípios e estratégias que sejam congruentes com os objetivos da atividade e que possam ser aplicados a situações da vida real.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G7 - P19 Criação de propostas sobre Bullying

Título da proposta educativa: Bullying
Grupo de propostas educativas: Bullying

Grupo alvo	Jovens dos 14 a 30 anos
Principais objetivos	Espera-se que os jovens produzam as suas próprias propostas educativas contra o bullying. Pretende-se que os jovens aprendam a identificar os problemas de bullying e a propor soluções viáveis para os referidos conflitos. Reforçar as técnicas de teatro aprendidas nas propostas anteriores e colocá-las em prática nesta.
Títulos dos exercícios	Bullying: Temos alternativas?
Tempo total	2 horas
Logística e materiais	? Portátil / Projetor / Zoom / Powtoon / Socrative ? Vídeo de Bullying (https://bit.ly/2tBpgp6) ? Câmara (para gravar). ? Diretrizes para elaborar as propostas

Descrição do desenvolvimento das atividades

Bullying: Temos Alternativas? Tempo previsto: 2 horas

Objetivos específicos

Esta atividade tem como objetivo criar um pequeno vídeo que pode ser um testemunho dos riscos e consequências causados pelos agressores nas vítimas ou agir como um anúncio contra o assédio moral. O objetivo é criar algo que os trabalhadores jovens e os jovens possam mostrar aos seus pares.

Procura promover a consciência do problema, desenvolver empatia e compreender as emoções do opressor / vítima.

Refletir sobre as responsabilidades dos observadores.

Introdução do exercício

A proposta pode ser iniciada com um pequeno energizer para ativar os jovens para que possam manter o foco no resto da sessão. Nesse caso, pode ser inserida da seguinte forma: "Depois de todo o processo que realizamos nas 19 propostas anteriores, e de todo o conhecimento que adquiriram ao longo desse processo, agora é a hora de fazerem as próprias propostas sobre o bullying".

Desenvolvimento do exercício

1. Reproduzir o vídeo sobre o bullying (para que o público saiba o que deve fazer).
2. No final, rever a história com os jovens, identificando as situações de bullying que surgiram e quais foram as soluções propostas.
3. Dois grupos serão formados (um número, de 1 a 2, pode ser atribuído a cada participante). O nº acima pode variar dependendo do número de participantes.

Cada grupo receberá as diretrizes para o desenvolvimento do curta-metragem:

Máximo 3 minutos
A história tem que ser nova
Deve usar uma técnica de teatro previamente aprendida.
A história deve ter pelo menos dois atos: apresentação do problema de bullying e uma resolução (viável) para esse problema.
Todos os jovens têm um papel a desempenhar durante a produção do curta-metragem (por exemplo, atuação, filmagem, edição).

4. Cada grupo terá 45 minutos para escrever o roteiro da ideia e outros 30 minutos para gravá-lo (e editá-lo se necessário).
5. Depois de finalizadas, as curtas-metragens serão exibidas para que ambos os grupos possam ver o resultado final.
6. Será aberto um grupo de discussão para reflexão sobre as curtas (alcançaram o seu objetivo, o problema e a sua solução estão claramente identificados).

Formato Virtual (Zoom)

1. A tela é partilhada e o vídeo sobre o bullying é reproduzido para se identificar o caso e a solução.
2. Ao final, a história é revista com os jovens, identificando as situações de bullying ocorridas e quais as soluções propostas.
3. 3. Duas salas são criadas no Zoom para formar dois grupos (aleatoriamente por meio do Zoom ou atribuindo um número, de 1 a 2, a cada participante). O número de salas pode ser modificado de acordo com o número de participantes.

Cada grupo receberá as orientações para a realização da curta-metragem por meio do chat do Zoom:

Máximo 3 minutos
A história tem que ser nova
Deve usar uma técnica de teatro previamente aprendida.
A história deve ter pelo menos dois atos: apresentação do problema de bullying e uma resolução (viável) para esse problema.
Todos os jovens têm um papel a desempenhar durante a produção do curta-metragem (por exemplo atuação, gravação, edição, criação de planos de fundo, gestão de funções de Zoom).

1. Cada grupo terá 60 minutos para escrever o roteiro da ideia e mais 60 minutos para gravá-lo (e editá-lo se necessário).
2. Depois de terminados, os grupos regressam à sala comum e os curtas-metragens são exibidas para que ambos os grupos vejam o resultado final.
3. Um grupo de discussão será aberto para refletir sobre as curtas (alcançaram o seu propósito? O problema e a sua solução estão claramente identificados?).

A aplicação Socrative pode ser usada para partilhar as perguntas e para que o facilitador possa ver as respostas e usá-las nesta sessão de reflexão.

Considerações / recomendações / conselhos para adaptar a cada contexto

- Os facilitadores devem falar com os jovens primeiro para aprender sobre as suas origens, necessidades e experiências (a fim de poder adaptar a proposta educativa a cada pessoa).
- É aconselhável ter um espaço (interior ou exterior) onde se possa gravar e que tenha boa luminosidade.
- Para ambas as modalidades, recomenda-se dotar os jovens de diversas ferramentas para fazer as curtas metragens remotamente (WhatsApp para fazer áudios, WeTransfer para transferir arquivos, Audacity para editar áudio, AdobeSpark para editar vídeos, PowToon para vídeos animados).
- Use uma linguagem simples e inclusiva.
- Verifique se as diretrizes para a produção do curta-metragem foram compreendidas.
- Recomenda-se que haja dois facilitadores para supervisionar o trabalho dos dois grupos.
- Na pasta a seguir, existem mais vídeos que podem ser usados (http://bit.ly/2y9EYqg).

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educativas

A discussão também pode ser orientada pelas seguintes questões.

· Como foi o processo de criação de uma pildora educacional?
· Como se sente quando é intimidado?
· Como se sente quando é o agressor?
· Quais são as consequências para uma criança que foi vítima de bullying?
· Quais são as consequências para uma criança que é agressora?
· Qual é a solução mais eficaz? Porquê?
· O que uma criança deve fazer se for intimidada?
· O que uma criança deve fazer se for agressora?

Em profundidade: reflita sobre o papel dos observadores:

· Como se sente quando vê um par a ser intimidado?
· Como se comporta? Porquê?
· O seu comportamento pode melhorar ou piorar a situação da vítima?
· O que pode fazer para ajudar a vítima?

Indicadores / observações

Variante: Repita a mesma atividade atribuindo a cada um um papel diferente do anteriormente interpretado, de modo que cada pessoa tenha a oportunidade de experimentar como vítima, agressor e observador de vez em quando.

Todos os resultados desta atividade na criação de uma proposta educativa permitem que os animadores e jovens compreendam o processo e partilhem o seu trabalho com os seus pares, amigos, familiares e outras instituições.

Além disso, para as edições subsequentes, as curtas produzidas pelos jovens podem ser usadas como exemplos de boas práticas no início da sessão (retirando ou complementando o vídeo de pedra, papel, tesoura).

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

G7 P20 Criação de propostas Cyberbullying - BB&R

Título da proposta educativa: Cyberbullying **Grupo de propostas educativas** Cyberbullying	
Grupo alvo	Jovens de 14 a 30 anos
Principais objetivos	Espera-se que os jovens produzam as suas próprias propostas educativas contra o ciberbullying: • identificar os problemas de cyberbullying • propor soluções viáveis para os referidos conflitos • Reforçar as técnicas de teatro aprendidas nas propostas anteriores e colocá-las em prática nesta.
Títulos dos exercícios	Cyberbullying: Temos alternativas?
Tempo total	2 horas
Logística e materiais	Portátil / Projetor/Zoom/Powtoon/Socrative Vídeo de Cyberbullying (http://bit.ly/2OdZvoh). Cámara/Telemóvel (para gravar). Diretrizes para elaborar as propostas.

Descrição do desenvolvimento das atividades

Exercicio 1 – Ciberbullying: Temos alternativas?

Objetivos específicos

Esta atividade tem como objetivo a criação de um pequeno vídeo que pode ser um testemunho dos riscos e consequências causados pelos agressores nas vítimas ou agir como um comercial contra o cyberbullying. O objetivo é criar algo que os trabalhadores jovens e os jovens possam mostrar aos seus pares.

Procura promover a consciência do problema, desenvolver empatia e compreender as emoções do opressor / vítima.

Refletir sobre as responsabilidades dos observadores.

Introdução do exercício

A pildora pode ser iniciada com um pequeno energizer para ativar os jovens para que possam manter o foco no resto da sessão. Nesse caso, pode ser inserida da seguinte forma: “Depois de todo o processo que realizamos nas propostas anteriores, e de todo o conhecimento que adquiriu ao longo desse processo, agora é a hora de fazerem as próprias propostas sobre cyberbullying ".

Desenvolvimento do exercício

1. Reproduza o vídeo de ciberbullying (para que o público saiba o que debe fazer).
2. No final, reveja a história com os jovens, identificando as situações de ciberbullying que surgiram e quais foram as soluções propostas.
3. Dois grupos serão formados (um número, de 1 a 2, pode ser atribuído a cada participante). O nº acima pode variar dependendo do número de participantes.

Cada grupo receberá as diretrizes para o desenvolvimento do curta-metragem:

Máximo 3 minutos
A história tem que ser nova
Deve usar uma técnica de teatro previamente aprendida.
A história deve ter pelo menos dois atos: apresentação do problema de ciberbullying e uma resolução (viável) para esse problema.
Todos os jovens têm um papel a desempenhar durante a produção do curta-metragem (por exemplo, atuação, filmagem, edição).

4. Cada grupo terá 45 minutos para escrever o roteiro da ideia e outros 30 minutos para gravá-lo (e editá-lo se necessário).
5. Depois de finalizadas, as curtas-metragens serão exibidas para que ambos os grupos possam ver o resultado final.
6. Será aberto um grupo de discussão para reflexão sobre as curtas (alcançaram o seu objetivo, o problema e a sua solução estão claramente identificados).

Formato Virtual (Zoom)

1. A tela é partilhada e o vídeo sobre o Cyberbullying é reproduzido para se identificar o caso e a solução.
2. Ao final, a história é revista com os jovens, identificando as situações de bullying ocorridas e quais as soluções propostas.
3. 3. Duas salas são criadas no Zoom para formar dois grupos (aleatoriamente por meio do Zoom ou atribuindo um número, de 1 a 2, a cada participante). O número de salas pode ser modificado de acordo com o número de participantes.

Cada grupo receberá as orientações para a realização da curta-metragem por meio do chat do Zoom:

Máximo 3 minutos
A história tem que ser nova
Deve usar uma técnica de teatro previamente aprendida.
A história deve ter pelo menos dois atos: apresentação do problema de bullying e uma resolução (viável) para esse problema.
Todos os jovens têm um papel a desempenhar durante a produção do curta-metragem (por exemplo atuação, gravação, edição, criação de planos de fundo, gestão de funções de Zoom).

1. Cada grupo terá 60 minutos para escrever o roteiro da ideia e mais 60 minutos para gravá-lo (e editá-lo se necessário).
2. Depois de terminados, os grupos regressam à sala comum e os curtas-metragens são exibidas para que ambos os grupos vejam o resultado final.
3. Um grupo de discussão será aberto para refletir sobre as curtas (alcançaram o seu propósito? O problema e a sua solução estão claramente identificados?).

A aplicação Socrative pode ser usada para partilhar as perguntas e para que o facilitador possa ver as respostas e usá-las nesta sessão de reflexão

Considerações / recomendações / conselhos para adaptar a cada contexto

- Para que esse processo não seja igual ao das pildoras anteriores, os grupos são alterados. No entanto, o facilitador pode manter os mesmos grupos, se necessário.
- Os facilitadores devem falar com os jovens primeiro para aprender sobre as suas origens, necessidades e experiências (a fim de poder adaptar a proposta educativa a cada pessoa).
- É aconselhável ter um espaço (interior ou exterior) onde se possa gravar e que tenha boa luminosidade.
- Para ambas as modalidades, recomenda-se dotar os jovens de diversas ferramentas para fazer as curtas metragens remotamente (WhatsApp para fazer áudios, WeTransfer para transferir arquivos, Audacity para editar áudio, AdobeSpark para editar vídeos, PowToon para vídeos animados).
- Use uma linguagem simples e inclusiva.
- Verifique se as diretrizes para a produção do curta-metragem foram compreendidas.
- Recomenda-se que haja dois facilitadores para supervisionar o trabalho dos dois grupos.

Na pasta a seguir, existem mais vídeos que podem ser usados (http://bit.ly/2y9EYqg)

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educativas

Perguntas para análise e reflexão (para los participantes)

No final das representações perguntaremos aos atores como se sentiram quando "fingiram" ser a vítima ou observadores.
- Como me senti?
- Como eu me sentiria se realmente acontecesse comigo?

A discussão também pode ser orientada pelas seguintes questões.
· Como se sente quando é intimidado?
· Quais são as consequências para uma criança que foi vítima de ciberbullying?
· Qual é a solução mais eficaz? Porquê?
· O que uma criança deve fazer se for intimidada ou for vítima de cyberbullying?
· Como foi o processo de criação de uma proposta educativa?

Em profundidade: reflita sobre o papel dos observadores:
· Como se sente quando sabes que alguém sofre de ciberbullying?
· Como se comporta? Porquê?
· O seu comportamento pode melhorar ou piorar a situação da vítima?
· O que pode fazer para ajudar a vítima?

Indicadores / observações

Variante: Repita a mesma atividade atribuindo a cada um um papel diferente do anteriormente interpretado, de modo que cada pessoa tenha a oportunidade de experimentar como vítima, agressor e observador de vez em quando.

Todos os resultados desta atividade na criação de uma proposta educativa permitem que os animadores e jovens compreendam o processo e partilhem o seu trabalho com os seus pares, amigos, familiares e outras instituições.

Além disso, para as edições subsequentes, as curtas produzidas pelos jovens podem ser usadas como exemplos de boas práticas no início da sessão (retirando ou complementando o vídeo de pedra, papel, tesoura).

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

G7 P21 Criação de propostas Teatro d0 Oprimido

Título da proposta educativa: Teatro do Oprimido
Grupo de propostas educativas: Teatro do Oprimido

Grupo alvo	Jovens de 14 a 30 anos
Principais objetivos	Pretende-se que os jovens aprendam a técnica do Teatro Fórum como mais um recurso para enfrentar o bullying e o cyberbullying. Pretende-se que os jovens consolidem as aprendizagens adquiridas nas fases anteriores, especialmente sendo capazes de identificar problemas de bullying e/u cyberbullying e propor soluções viáveis para esses conflitos em tempo real.
Títulos dos exercícios	Teatro Fórum: Enfrentando Bullying e Cyberbullying
Tempo total	3 horas
Logística e materiais	As histórias usadas no Teatro Jornalístico. Palco para representar as cenas do Teatro Fórum. Plataforma Zoom para a modalidade virtual.

Descrição do desenvolvimento das atividades

Exercicio 1 – Teatro Fórum: Enfrentando Bullying e Cyberbullying. Tempo: 3h

Objetivos específicos

Representar uma situação real em que a dinâmica entre Ação e Reação é clara e em que o público vê a opressão.
Incentivar a participação de jovens em situações de bullying e cyberbullying.
Incentivar a empatia e o pensamento crítico, percebendo o que são bullying e cyberbullying e como os participantes poderiam intervir numa situação semelhante.

Introdução ao exercício

A proposta pode ser iniciada com um pequeno energizer para ativar os jovens para que possam manter o foco no resto da sessão.
Neste caso, a sessão começa explicando o que é o Teatro Fórum: "No teatro fórum é exposto um problema que afeta uma comunidade. Esse problema assume a forma de um roteiro e, depois, de uma peça de teatro de um grupo de atores. O conflito é exposto numa performance, dando aos espectadores a oportunidade de se transformarem em especa atores, permitindo-lhes simular a solução que têm em mente e experimentar se ela representa uma alternativa concreta de mudança.

Desenvolvimento do exercício (presencial)

1. Esta proposta é uma evolução de como trabalhamos nos exercícios anteriores (especialmente aqueles nos quais aprendemos várias técnicas de teatro). Por isso, usaremos as notícias com as quais trabalhamos no teatro periodístico (proposta 12) e faremos uma representação delas.

2. Os jovens voltarão ao grupo com o qual trabalharam no teatro periodístico e desenvolverão um diálogo para cada um dos seus casos.

3. Nesse diálogo é importante trabalhar com as pessoas e investigar porque agem assim, quais sentimentos geram. Isso permitirá que o debate seja mais enriquecedor.

4. Quando cada grupo já tiver a sua "peça", o facilitador explicará a dinâmica do Teatro Fórum: Quando a performance começa, o público passa a ser espectador-ator, podendo intervir quando quiser. Para intervir, existem três técnicas:

? A primeira é STOP. Quando alguém encontra uma solução para uma das cenas, grita para parar e a peça para. A pessoa que disse isso levanta a mão e aponta para qual personagem quer interpretar. A mudança é feita e a nova atriz / ator coloca a sua solução em movimento.

? A segunda é MONÓLOGO INTERIOR. O público ou facilitador pode parar a cena e colocar a mão no ombro de uma das atrizes / atores. Ao fazer isso, imediatamente a pessoa que foi tocada deve começar a dizer tudo o que a sua personagem está a pensar naquele momento.

? A terceira é QUESTÃO. O facilitador interromperá a peça e dirá ao público: Há alguma pergunta que gostariam de fazer aos personagens?

5. Após a explicação anterior, terá início a representação de todas as peças.

6. Quando os espectadores intervêm nas representações e executam a sua ação (especialmente na técnica STOP), o facilitador irá parar a cena e perguntar:

   - A situação mudou alguma coisa?
   - que viram agora?

7. Quando todos as peças forem executados, haverá um feedback geral sobre todo o processo (o que correu bem, como se sentiram, o que acharam da experiência, se viram refletidos, se agiram assim).

Formato Virtual (Zoom)

Esta proposta é uma evolução de como trabalhamos nos exercícios anteriores (especialmente aqueles nos quais aprendemos várias técnicas de teatro). Por isso usaremos as notícias com as quais trabalhamos no teatro periodístico (proposta 12) e faremos uma representação delas.

2. Os jovens voltarão ao grupo com o qual trabalharam no teatro periodístico e desenvolverão um diálogo para cada um dos seus casos. Para isso, serão criadas salas Zoom para que cada grupo trabalhe livremente.

3. Nesse diálogo é importante trabalhar com as pessoas e investigar porque agem assim, quais sentimentos geram. Isso permitirá que o debate seja mais enriquecedor.

4. Quando cada grupo já tiver a sua "peça", o facilitador explicará a dinâmica do Teatro Fórum: Quando a performance começa, o público passa a ser espectador-ator, podendo intervir quando quiser (por voz ou usando os emotions de reação do Zoom). Para intervir, existem três técnicas:

   A primeira é STOP. Quando alguém encontra uma solução para uma das cenas, grita para parar e a peça para. A pessoa que disse isso levanta a mão e aponta para qual personagem quer interpretar. A mudança é feita e a nova atriz / ator coloca a sua solução em movimento.

   A segunda é MONÓLOGO INTERIOR. O público ou facilitador pode parar a cena e colocar a mão no ombro de uma das atrizes / atores. Ao fazer isso, imediatamente a pessoa que foi tocada deve começar a dizer tudo o que a sua personagem está a pensar naquele momento.

   A terceira é QUESTÃO. O facilitador interromperá a peça e dirá ao público: Há alguma pergunta que gostariam de fazer aos personagens?

5. Após a explicação anterior, terá início a representação de todas as peças. Deve pedir-se a todos que vejam a tela de zoom no modo galeria para ter uma perspetiva completa.

6. Quando os espectadores intervêm nas representações e executam a sua ação (especialmente na técnica STOP), o facilitador irá parar a cena e perguntar:

   - A situação mudou alguma coisa?
   - que viram agora?

7. Quando todos as peças forem executados, haverá um feedback geral sobre todo o processo (o que correu bem, como se sentiram, o que acharam da experiência, se viram refletidos, se agiram assim).

Considerações / recomendações / conselhos para adaptar a cada contexto

É importante recompilar as notícias trabalhadas no teatro jornalístico. Para se aprofundar as personagens, os participantes podem ir buscar mais informações sobre as notícias na internet (para torná-las o mais reais possível).
Os facilitadores devem primeiro conversar com os participantes para aprender sobre as suas origens, necessidades e experiências (para poder adaptar as peças e o Teatro Fórum a cada pessoa).

Para o modo virtual, fundos de zoom podem ser criados para respeitar as cenas das peças. Além disso, é importante ter duas pessoas como facilitadores, uma para gerir o Zoom e outra para coordenar o trabalho.
Use uma linguagem simples e inclusiva.
Verifique se as diretrizes para a produção do curta-metragem foram compreendidas.
Recomenda-se que os facilitadores tenham alguma experiência em Teatro Fórum para concretizar o processo (especialmente se a peça tiver que ser interrompida, se alguém tiver sentimentos contraditórios, saber como deixar um espaço e quando continuar).

Proposta de avaliação deste grupo de propostas educacionais

Perguntas para reflexão e conclusões (para os participantes)

SOBRE O TEATRO FÓRUM:
· Como achou o processo de fazer um Teatro Fórum?
· O que aprendeu com esta atividade?
· Como se sentiu quando era o ator (em todos os seus respectivos papéis)?
· Como se sentiu quando era o especta-ator?
· Como acha que se pode limitar o bullying e o cyberbullying nas comunidades?
· Que ações recomendaria para prevenir ou evitar situações de bullying ou cyberbullying?
· Quais considera serem os instrumentos para evitar certas situações ou para pedir ajuda?
· Existem maneiras de intervir corretamente em favor dos oprimidos? Se sim, quais?

SOBRE TODAS AS PROPOSTAS:
Depois de ter realizado as diferentes atividades das propostas e de ter vivenciado diversas situações relacionadas com o bullying e o cyberbullying, como se sente neste momento?

Acha que aprendeu sobre bullying, cyberbullying e o Teatro do Oprimido?
Recomendaria que mais jovens passassem por esse processo?
Qualquer comentário final ...

Indicadores / observações

Se foi decidido aplicar a avaliação pré e pós teste apenas para o processo geral das atividades, é importante deixar um momento no final da formação para que os jovens respondam ao questionário final e possam dar a sua autoavaliação para medir o impacto do Programa.

9.2. Questionários Antes e Depois

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

QUESTIONÁRIO INICIAL

Género:

Idade:

INSTRUÇÕES: Avalia as seguintes questões, sendo '0' – *discordo completamente* e '4' – *concordo plenamente*. Lembra-te que não há respostas certas ou erradas e que o formulário é anónimo.

1	Sinto que sou um cidadão europeu.	0	1	2	3	4
2	Já assisti a situações de bullying.	0	1	2	3	4
3	Já assisti a situações de ciberbullying.	0	1	2	3	4
4	Conheço as circunstâncias que favorecem o aparecimento do bullying e do ciberbullying.	0	1	2	3	4
5	Eu sei o que fazer perante uma situação de bullying.	0	1	2	3	4
6	Eu sei o que fazer perante uma situação de ciberbullying.	0	1	2	3	4
7	Eu fui vítima de bullying.	0	1	2	3	4
8	Eu fui vítima de ciberbullying.	0	1	2	3	4
9	Enquanto trabalhador, líder ou voluntário já colaborei na prevenção do bullying e do ciberbullying.	0	1	2	3	4
10	Conheço pessoas que foram vítimas de bullying ou de ciberbullying.	0	1	2	3	4
11	Creio que o bullying e o ciberbullying são comuns nos meios onde circulo.	0	1	2	3	4
12	Tenho vastos conhecimentos sobre bullying.	0	1	2	3	4
13	Tenho vastos conhecimentos sobre ciberbullying.	0	1	2	3	4
14	Já fiz teatro.	0	1	2	3	4
15	Conheço a metodologia do Teatro do Oprimido.	0	1	2	3	4
16	Creio que o Teatro do Oprimido pode ajudar na luta contra o bullying e o ciberbullying.	0	1	2	3	4
17	Creio que as propostas educativas podem consciencializar e sensibilizar para o bullying e o ciberbullying.	0	1	2	3	4
18	Creio que o Teatro do Oprimido me pode ajudar a entender e a por-me no lugar das pessoas que são vítimas de bullying ou ciberbullying.	0	1	2	3	4
19	Considero ser possível fazer teatro através de plataformas digitais.					
20	Creio que as propostas educativas me podem ajudar a entender e a pôr-me no lugar das pessoas que são vítimas de bullying ou ciberbullying.	0	1	2	3	4

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

QUESTIONÁRIO FINAL:

Género:

Idade:

INSTRUÇÕES: Este questionário permitir-nos-á conhecer a tuas impressões finais sobre o bullying, o ciberbullying, o teatro del oprimido e as propostas educativas. Queremos saber se estas Oficinas foram eficazes no empoderamento dos participantes. Responde às seguintes perguntas, sendo '0' – *discordo totalmente* e '4' – *concordo plenamente*. Responde com sinceridade. Não há respostas certas ou erradas.

1	Sinto que sou um cidadão europeu.	0	1	2	3	4
2	Depois desta formação, tenho consciência de ter sido vítima de bullying ou ciberbullying num dado momento da minha vida.	0	1	2	3	4
3	Depois desta formação, tenho consciência de ter presenciado situações de bullying ou ciberbullying.	0	1	2	3	4
4	Com esta formação, fiquei a conhecer as circunstâncias que potenciam o bullying e o ciberbullying.	0	1	2	3	4
5	Acreditas possuir agora ferramentas para atuar numa situação de bullying ou ciberbullying?	0	1	2	3	4
6	Estas Oficinas proporcionaram-me uma outra visão sobre o bullying e o ciberbullying.	0	1	2	3	4
7	Com esta formação, fiquei a conhecer a metodologia do Teatro do Oprimido.	0	1	2	3	4
8	Considero muito útil esta aprendizagem sobre o Teatro do Oprimido.	0	1	2	3	4
9	Após esta formação, acredito que o Teatro do Oprimido pode ajudar na luta contra o bullying e o ciberbullying.	0	1	2	3	4
10	Considero as propostas educativas muito úteis.	0	1	2	3	4
11	Após esta formação, acredito que as propostas educativas podem ajudar à consciencialização e sensibilização sobre o bullying e o ciberbullying.	0	1	2	3	4
12	O Teatro do Oprimido permitiu-me colocar-me no lugar das pessoas que são vítimas de bullying ou ciberbullying.	0	1	2	3	4
13	Após esta formação, considero que é possível fazer teatro a através de plataformas digitais.					
14	As propostas educativas ajudaram-me a por-me no lugar das pessoas que são vítimas de bullying ou ciberbullying.	0	1	2	3	4
15	A duração das Oficinas foi adequada.	0	1	2	3	4
16	Tivemos um bom ambiente de grupo.	0	1	2	3	4
17	Senti-me bem a participar nestas Oficinas.	0	1	2	3	4
18	O desenvolvimento das Oficinas foi ótimo.	0	1	2	3	4
19	Sinto que se cumpriram as minhas expetativas em relação a estas Oficinas SIEP.	0	1	2	3	4
20	O desempenho do(s) formador(es) foi adequado.					

21. Indica o que mais te agradou nestas Oficinas.

22. Indica o que te desagradou nestas Oficinas.

23. O que melhorarias nestas Oficinas?

9.3. Quiz Socrative

9.3. QUIZ SOCRATIVE

Quiz para a píldora 3 (no início):

1.- Que países participam neste projeto?
- Espanha, Italia, Paraguai e Portugal.
- Espanha, Paraguai, Uruguai e República Dominicana.
- **Espanha, Portugal, Paraguai e República Dominicana.**
- Nenhuma das anteriores.

2.- Qual das seguintes afirmações está correta?
- Um em cada dez jovens já foi vítima de ciberbullying pelo menos uma vez na vida.
- O Teatro do Oprimido é uma metodóloga que não considera as experiências pessoais e coletivas dos participantes.
- O **ciberbullying é o uso das tecnologías digitais para intimidar ou perseguir através da internet.**

3.- O Teatro do Oprimido é um movimento teatral criado por Augusto Boal no Brasil durante os anos 70.
- **Verdadeiro.**
- Falso.

4.- Qual é o eixo central do Teatro do Oprimido?
- **Teatro Fórum.**
- Teatro Jornal.
- Teatro Legislativo.
- Teatro Invisível.
- Nenhuma das opções.

5.- O Teatro Jornal:
- Implica um processo participativo que se articula a partir de diversas representações de Teatro Fórum, e sistematização posterior das propostas ensaiadas, para serem apresentadas como propostas legislativas.
- Uma série de exercícios para tirar fotografias de experiências vividas ou imaginadas.
- **É uma técnica com imenso potencial para interligar as opressões pessoais e de grupo com a atualidade mediática e vice-versa, a partir de noticias da imprensa (exemplo), de forma a contextualizar com a realidade coletiva.**
- É uma técnica que permite alcançar uma população que nunca virá voluntariamente a um espaço de debate ou reflexão ética.
- Todas as opções anteriores estão corretas.

6.- O Teatro Invisível:
- É uma técnica que permite alcançar uma população que nunca virá voluntariamente a um espaço de debate ou reflexão ética.
- Implica uma boa preparação de argumentos, consta de uma representação de vários discursos num contexto de quotidiano, sem que se perceba tratar-se de uma ação preparada.
- O objetivo é apenas promover o debate público sobre uma temática ou situação específica.
- **Todas as opções anteriores estão corretas.**
- Nenhuma das opções está correta.

Quiz para a píldora 16 (no início):

1.- O processo é mais importante que o resultado.
- **Verdadeiro.**
- Falso.

2.- Tudo ajuda a aprender.
- **Verdadeiro.**
- Falso.

3.- O Teatro não tem nada que ver com a experiência.
- Verdadeiro.
- **Falso.**

4.- Aprender coisas novas desperta um tipo de ansiedade nociva que devemos saber gerir.
- Verdadeiro.
- **Falso.**

5.- É importante incluir dinâmicas mais relaxadas para manter a frustração em níveis adequados.
- **Verdadeiro.**
- Falso.

Quiz para a proposta 18 (no final):

1.- O contexto do Teatro das pessoas oprimidas deve permitir a todos os participantes, sem exceção, participar livremente nas atividades, de acordo com as suas características e motivações, e a sentirem-se ativamente integrados e corresponsáveis pelo processo de aprendizagem.

- **Verdadeiro.**
- Falso.

2.- O Teatro do Oprimido deve:

- Responder às necessidades e expetativas individuais e coletivas expressadas pelos participantes.
- Depender principalmente dos contributos dos participantes, promovendo sempre o seu potencial reflexivo, crítico e criativo.
- **Ambas as opções estão corretas.**
- Nenhuma das opções está correta.

3.- A interatividade e a cooperação devem ser secundárias.

- Verdadeiro.
- **Falso.**

4.- Para alcançar a transformação pessoal e coletiva devem desenvolver-se competências específicas e consolidar-se valores universais.

- **Verdadeiro.**
- Falso.

5.- Para transformar a realidade devemos:

- Assumir que há verdades definitivas.
- Promover uma análise crítica da realidade que não permita desconstruir ideias preconcebidas nem imaginar alternativas.
- **Desenvolver as bases para a participação em ações transformadoras.**
- Todas as opções anteriores estão corretas.
- Nenhuma das opções está correta.

6.- As pessoas são o centro do processo de aprendizagem.

- **Verdadeiro.**
- Falso.

7.- As ideias, os sentimentos e as experiências dos participantes devem ser julgadas.

- Verdadeiro.
- **Falso.**