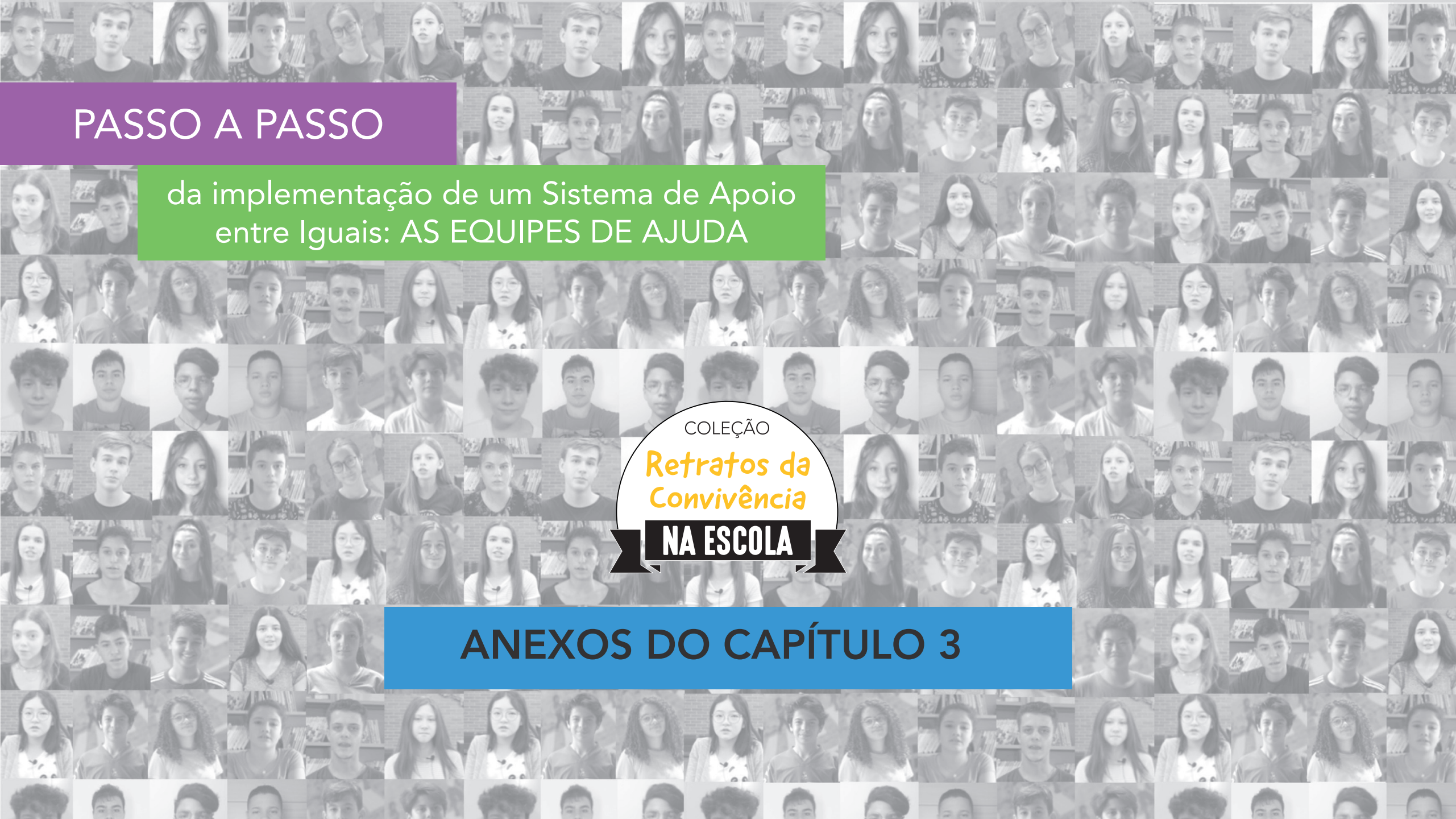




PASSO A PASSO

da implementação de um Sistema de Apoio
entre Iguais: AS EQUIPES DE AJUDA

COLEÇÃO

*Retratos da
Convivência*

NA ESCOLA

ANEXOS DO CAPÍTULO 3

ANEXO 3.1

Slides sugestivos sobre consequências das práticas de bullying e cyberbullying para os envolvidos

O que acontece
quando o bullying e o
cyberbullying chegam
à escola?

Resultados do Pisa 2018

Os dados do Programme for International Student Assessment (**Pisa**) de 2018 apontam que um quarto dos meninos e meninas das escolas brasileiras sentem solidão na escola e 29% sofrem bullying (frequência maior do que a “média” dos países que participam da avaliação).

O que as pesquisas dizem sobre as
consequências e os efeitos ao longo
da vida dos envolvidos?

Autores

**Propensos ao
uso de drogas e
álcool e a
transtornos
psiquiátricos**

**Dificuldades de
ajustamento
escolar e de
obedecer a
regras**

**Poucas
habilidades
sociais**

Alvos

**Queda no
rendimento
escolar e na
aprendizagem**

**Dificuldade
em fazer
amigos**

**Baixa estima,
ansiedade,
depressão e
suicídio**

Outras pesquisas

Segundo Garaigordobil e Oñederra (2010), **todos** os implicados sofrem **consequências danosas** que influenciam o **comportamento atual e futuro**.

AUTOR	ALVO	ESPECTADOR
• Pouca empatia com o alvo. • Falta de sentimento de culpa. • Poucas habilidades sociais. • Pouco interesse pelos estudos. • No futuro: maior probabilidade de envolvimento com delitos, criminalidade, consumo de álcool e drogas.	• Sentimentos de insegurança. • Afastamento dos colegas. • Sintomas de ansiedade, pânico, problemas com sono, tristeza, recusa em ir ao colégio. • Como adulto: tendência a baixa estima e depressão.	• Quando não consegue intervir para ajudar o alvo, acaba por acumular um grande sentimento de culpa. • Futuro: pode acabar perdendo a sensibilidade diante da violência e adotando a crença de que esse comportamento é socialmente aceitável.

Saúde do adulto que sofreu bullying na infância

- Uma pesquisa acompanhou por 50 anos praticamente todos os cidadãos do Reino Unido nascidos durante uma semana específica de 1958, totalizando **17.638 participantes**.
- Do total, **7.771 sofreram bullying entre 7 e 11 anos**: 28% das crianças sofriam-no ocasionalmente, e 15%, frequentemente.

(TAKIZAWA; MAUGHAN; ARSENEAULT, 2014.)



- Essas pessoas foram reavaliadas ao longo da vida.
- Aos **23 e 50 anos** foram feitas avaliações sobre **sofrimento psicológico**.
- Aos **45 anos**, especificamente, sobre **doenças mentais**.

(TAKIZAWA; MAUGHAN; ARSENEAULT, 2014.)

Décadas depois, as consequências ainda estavam presentes.

As pessoas que **sofreram bullying na infância** apresentavam:

- **50%** mais sofrimento (aumento dos **níveis de estresse**), tanto aos 23 como aos **50 anos**;
- incidência de **depressão, tendências suicidas** (ideias, tentativas e comportamento) e **dependência do álcool duas vezes maior** aos **45 anos**;

Aos **50 anos**, outros problemas foram encontrados: **menor qualidade de vida, rede social precária, desemprego e dificuldades financeiras.**

(TAKIZAWA; MAUGHAN; ARSENEAULT, 2014.)

Dados recentes sobre o impacto nos espectadores (JANOSZ et al., 2018):

Pesquisadores da Universidade de Montreal acompanharam e avaliaram 3.936 adolescentes de 12 a 15 anos de Quebec (Canadá) que testemunharam violência entre pares na escola. Dois anos depois, havia um risco mais alto de esses jovens apresentarem comportamento antissocial, sofrimento emocional e problemas acadêmicos.

Os autores destacam que não apenas os jovens submetidos a agressões precisam de ajuda. Quem vê outro aluno ser agredido, mesmo que um colega não muito próximo, também pode ser impactado, e às vezes da mesma forma que a vítima. Outras pesquisas com estudantes já alertaram que agressores, ou *bullies*, também estão mais sujeitos a apresentar outros problemas de comportamento mais tarde.

Isso chama a atenção para a importância de todos os pais, e não só aqueles que têm filhos agredidos, cobrarem das escolas e se engajarem em programas de prevenção e intervenção ao bullying. A intolerância ao desrespeito deve ser o foco de todos, pois todo mundo é afetado pelas diferentes formas de violência, inclusive as mais veladas.

Disponível em:

<https://doutorjairo.blogosfera.uol.com.br/2018/09/17/testemunhas-de-bullying-na-escola-sao-mais-propensas-a-usar-drogas/> Acesso em: 9 jul. 2020.

Resultados e conclusões

- As associações entre **experimentar a violência indiretamente** como um espectador e o comprometimento subsequente foram **comparáveis àquelas da vitimização direta**.
- O testemunho de “violência encoberta” e “mais grave”* foi associado ao uso de drogas e à delinquência.
- Nos casos de violência considerados menos graves, os espectadores apresentaram maior tendência ao uso de drogas, ansiedade, sintomas depressivos e reduções no envolvimento escolar.

*Obs.: essas expressões se referem às variáveis do estudo. Para saber mais, ver Janosz (2018).

Um alerta recente: Pisa 2018 Evasão Escolar

Na maioria dos países pesquisados, os alunos mais intimidados são os mais propensos a abandonar a escola.

Ou seja, o bullying contribui para que os contextos em que ocorre sejam desfavoráveis ao desenvolvimento moral.



Muito além dos muros...



Uma variação do fenômeno

A versão virtual
do bullying



Cyberbullying

Manifestação de violência praticada por meio de mídias eletrônicas ou digitais, por indivíduos ou grupos que comunicam mensagens hostis ou agressões destinadas a infligir danos ou desconforto aos outros.

(SLONJE, SMITH, 2008; MENESINI, NOCENTINI, CAMODECA, 2013; BOZZA, 2016; TOGNETTA et al., 2017.)

BULLYING	CYBERBULLYING
Repetição	Uma postagem faz estrago
Intenção de ferir	Intenção de ferir
Alvo frágil, que se vê com menos valor	Alvo frágil se o estado continua
Desigualdades de poder físico ou psicológico	Desigualdade de poder psicológico
Entre pares	Relações horizontais
Público	Público – curtidas

Referências

BOZZA, T. C. L. **O uso da tecnologia nos tempos atuais**: análise de programas de intervenção escolar na prevenção e redução da agressão virtual. 2016. Dissertação (Mestrado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2016.

BRASIL. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. **Resultados PISA 2018**. Disponível em: <http://portal.inep.gov.br/acoes-internacionais/pisa/resultados>. Acesso em: 9 jul. 2020.

GARAIGORDOBIL, M.; OÑEDERRA, J. A. **La violencia entre iguales**: revisión teórica y estrategias de intervención. Madrid: Pirámide, 2010.

JANOSZ, M. et al. Witnessing violence in early secondary school predicts subsequent student impairment. **Journal of Epidemiology Community Health**, v. 72, n. 12, p. 1117-1123, 2018. Disponível em: <https://jech.bmj.com/content/jech/72/12/1117.full.pdf>. Acesso em: 9 jul. 2020.

MENESINI, E.; NOCENTINI, A.; CAMODECA, M. Morality, values, traditional bullying, and cyberbullying in adolescence. **British Journal of Developmental Psychology**, n. 31, 2013, p. 1-14.

SLONJE, R.; SMITH, P. K. Cyberbullying: Another main type of bullying? **Scandinavian Journal of Psychology**, n. 49, p. 147-154, 2008.

TAKIZAWA, R.; MAUGHAN, B.; ARSENEAULT, L. Adult health outcomes of childhood bullying victimization: evidence from a five-decade longitudinal British birth cohort. **The American Journal of Psychiatry**, v. 171, n. 7, p. 1-8, July 2014. Disponível em: <https://ajp.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/appi.ajp.2014.13101401>. Acesso em: 9 jul. 2020.

TOGNETTA, L. R. P. et al. Bullying e cyberbullying: quando os valores morais nos faltam e a convivência estremece. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, p. 1880-1900, set. 2017.

ANEXO 3.2

Fichas do questionário de levantamento dos problemas de convivência da turma (melhor imprimir em cores diferentes)

Entrevista com os alunos

Assinale um X na coluna que melhor explica **o que aconteceu com você nos últimos três meses em sua escola**. Ninguém vai se identificar.

1	Nunca	Uma vez	Uma ou duas vezes por semana	Todos os dias
Recebi mensagens pelo celular ou pela internet em que me insultaram, ameaçaram, ofenderam ou amedrontaram.				
Filmaram-me e utilizaram o vídeo para me ameaçar ou me chantagear.				
Já me filmaram e usaram o vídeo contra mim.				
Espalharam fotos ou imagens minhas na internet ou no celular e as usaram contra mim.				
Tive imagens ou fotos íntimas divulgadas na internet ou no celular.				

2

Nunca

Uma vez

Uma ou
duas vezes
por semana

Todos os
dias

Intimidaram-me com frases ou insultos de
caráter sexual.

Obrigaram-me a participar de “brincadeiras”
de caráter sexual.

Humilharam-me por causa da minha orientação
sexual ou trejeitos, na frente de todo mundo.

3	Nunca	Uma vez	Uma ou duas vezes por semana	Todos os dias
Quebraram, roubaram ou esconderam minhas coisas.				
Ameaçaram-me e fiquei com medo.				
Ameaçaram-me com facas, canivetes ou outros objetos.				
Bateram em mim.				

4

	Nunca	Uma vez	Uma ou duas vezes por semana	Todos os dias
Insultaram-me e ofenderam-me.				
Falaram, comentaram ou mostraram algo pessoal que eu não queria que os outros vissem ou soubessem.				
Forçaram-me a fazer algo que eu não queria (trazer dinheiro, fazer tarefas, pagar lanches etc.)				
Discriminaram-me, fizeram gozações ou tiraram sarro de mim por usar óculos, ser pequeno(a), alto(a), magro(a), gordo(a), negro(a), branco(a), ruivo(a) etc.				

5	Nunca	Uma vez	Uma ou duas vezes por semana	Todos os dias
Acusaram-me de algo que não fiz.				
Fizeram chantagens.				
Fui excluído.				
Meus colegas me ignoraram, fingindo que eu não existia.				
Meus colegas me impediram de participar das atividades e jogos.				

6	Nunca	Uma vez	Uma ou duas vezes por semana	Todos os dias
Fizeram brincadeiras ou gozações que me aborreceram ou me deixaram constrangido(a).				
Colocaram apelidos que me incomodaram.				
Inventaram mentiras a meu respeito.				
Falaram mal de mim.				

ANEXO 3.3

Fichas para o desenvolvimento da Dinâmica do Segredo (eleição dos membros das Equipes de Ajuda)

O SEGREDO

Dada a lista definitiva escrita na lousa com as “dez características que uma pessoa deve reunir para eu contar meu segredo”, deve-se, de forma individual, pontuar a si mesmo com uma nota de 0 a 10 em cada uma das características. Dez é a pontuação máxima e 0 é a mínima. Então, os pontos são somados.

Características ou qualidades	Pontuação
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	

Escreva o seguinte:

- Nome e sobrenome: _____
- Pontuação obtida: _____
- Você gostaria de ser aluno(a) ajudante e fazer parte da Equipe de Ajuda?
☐ SIM ☐ NÃO
- Você estaria disposto(a) a receber o curso de formação para isso?
☐ SIM ☐ NÃO
- Se tivesse um problema na classe ou com colegas de outras salas, a qual companheiro(a) de sua sala você pediria ajuda? Escreva o nome dele(a): _____
- Por último, escreva o nome de três colegas da classe que você acredita que possuem as características listadas acima:

ATA DE SELEÇÃO DOS ALUNOS AJUDANTES

Obs.: esta ficha deve ser arquivada pela escola para eventual necessidade de substituição ou reposição de membros das Equipes de Ajuda.

Reunido o grupo da turma _____, os alunos selecionaram os seguintes colegas para a função de alunos ajudantes:

Alunos eleitos	Nº de votos
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	

_____, ____ de _____ de 20 ____.

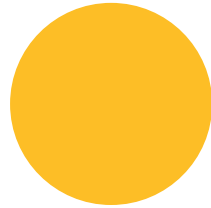
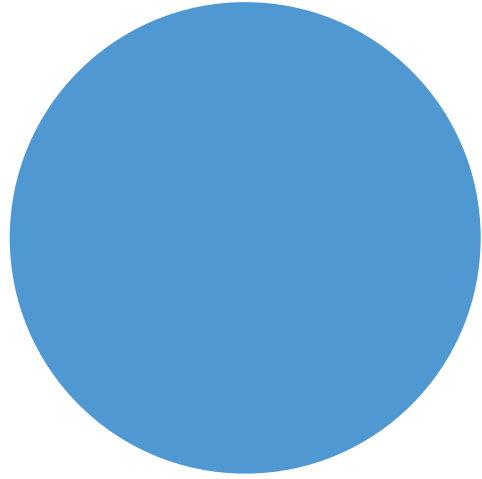
Assinado:

Professor(a) que conduziu a eleição

Aluno(a) fiscal da contagem de votos

ANEXO 3.4

Slides sugestivos para o encontro com as famílias
dos membros das Equipes de Ajuda



Os Sistemas de Apoio entre Iguais

**As Equipes de
Ajuda**

Quem pode ajudar?

Slonje e Smith (2008):

- 50% das vítimas não contam a ninguém
- **35,7% contam aos amigos**
- 8,9% contam à polícia
- 5,4% contam a outras pessoas
- Ninguém conta aos professores

Dehue, Bolman e Völlink (2008):

- **13% contam aos amigos**
- 9% contam aos pais
- 7% não contam
- 2% contam aos professores

**Uma pesquisa,
alguns dados
(AVILÉS;
TORRES; VIAN,
2008)**

75% dos pais dos alunos das Equipes de Ajuda avaliam como uma experiência positiva para seu filho.

33% melhoraram sua formação como pessoa.

25% passaram a ser mais sensíveis diante dos problemas alheios.

25% se tornaram mais reflexivos.

64% dos alunos receptores avaliam as Equipes de Ajuda como uma medida positiva.

As Equipes de Ajuda são mais uma forma de...

Apoio
Serviço

Conhecer os
outros

Prestar-lhes
ajuda

Valorizar e
compreender
suas diferenças

Favorecer a
convivência
entre todos

Os membros das Equipes de Ajuda



São eleitos pelos pares, segundo o critério da confiança.



Atuam em relação a problemas de convivência, como situações de isolamento, estratégias de socialização e encaminhamento de casos mais complexos.



Fortalecem as relações e promovem ações de melhora da convivência na escola.

As características de um integrante:

1. Posso contar o que se passa comigo.

2. Sabe me ouvir e me entender.

3. Me trata bem e não ri de mim.

4. Me aceita como eu sou.

5. Sei que não vai me trair.

6. Posso compartilhar segredos.

7. Posso contar com ele(a) quando eu precisar.

8. Não é o “ajudante do professor”.

COMO SE FORMA UMA EQUIPE DE AJUDA?

Orientação dos professores com toda a sala para a escolha dos alunos e alunas.

Escolha dos alunos e alunas (convite, autorização dos pais).

Formação para esses alunos e alunas.

Plano de divulgação do trabalho das Equipes de Ajuda.

Trabalho EM CONJUNTO dos alunos, supervisionado pelos adultos (reuniões periódicas).

Avaliação continuada com os professores responsáveis pelas Equipes de Ajuda.

São “formados” para ajudar

O conteúdo da formação – 8 horas:

1. O processo de ajuda

2. A escuta ativa

3. A assertividade

4. O manejo das emoções

5. A empatia

6. A resolução de conflitos

ANEXO 3.5

Modelo de termo de ciência e autorização para os responsáveis pelos membros das Equipes de Ajuda

TERMO DE CIÊNCIA E AUTORIZAÇÃO – RESPONSÁVEIS PELOS MEMBROS DAS EQUIPES DE AJUDA

_____, _____ de _____.

Ilmos. senhores pais ou responsáveis,
Colégio _____

A escola tem desenvolvido um projeto de trabalho com a convivência ética entre os alunos. Nesse projeto está inserido um programa de apoio entre pares que consiste na participação efetiva dos alunos na organização da escola para que valores como a ajuda, a tolerância e o respeito estejam presentes em seu cotidiano. Esse trabalho já tem sido implantado em diversos países e em muitas escolas brasileiras, sendo comprovadamente uma grande inovação. Para conhecer mais sobre esse trabalho, os senhores podem acessar o site www.somoscontraobullying.com.br.

Assim, gostaríamos de contar com a participação de seu (sua) filho(a) nesse trabalho. Caso seja necessária alguma informação complementar, estamos à disposição para quaisquer esclarecimentos. Pedimos que, havendo concordância com tal participação, a autorização abaixo seja remetida imediatamente à escola. Por acreditarmos na importância desse trabalho e na necessidade de a escola e a família serem parceiras na melhoria da convivência, agradecemos desde já seu apoio.

Atenciosamente,

Membro da gestão da escola

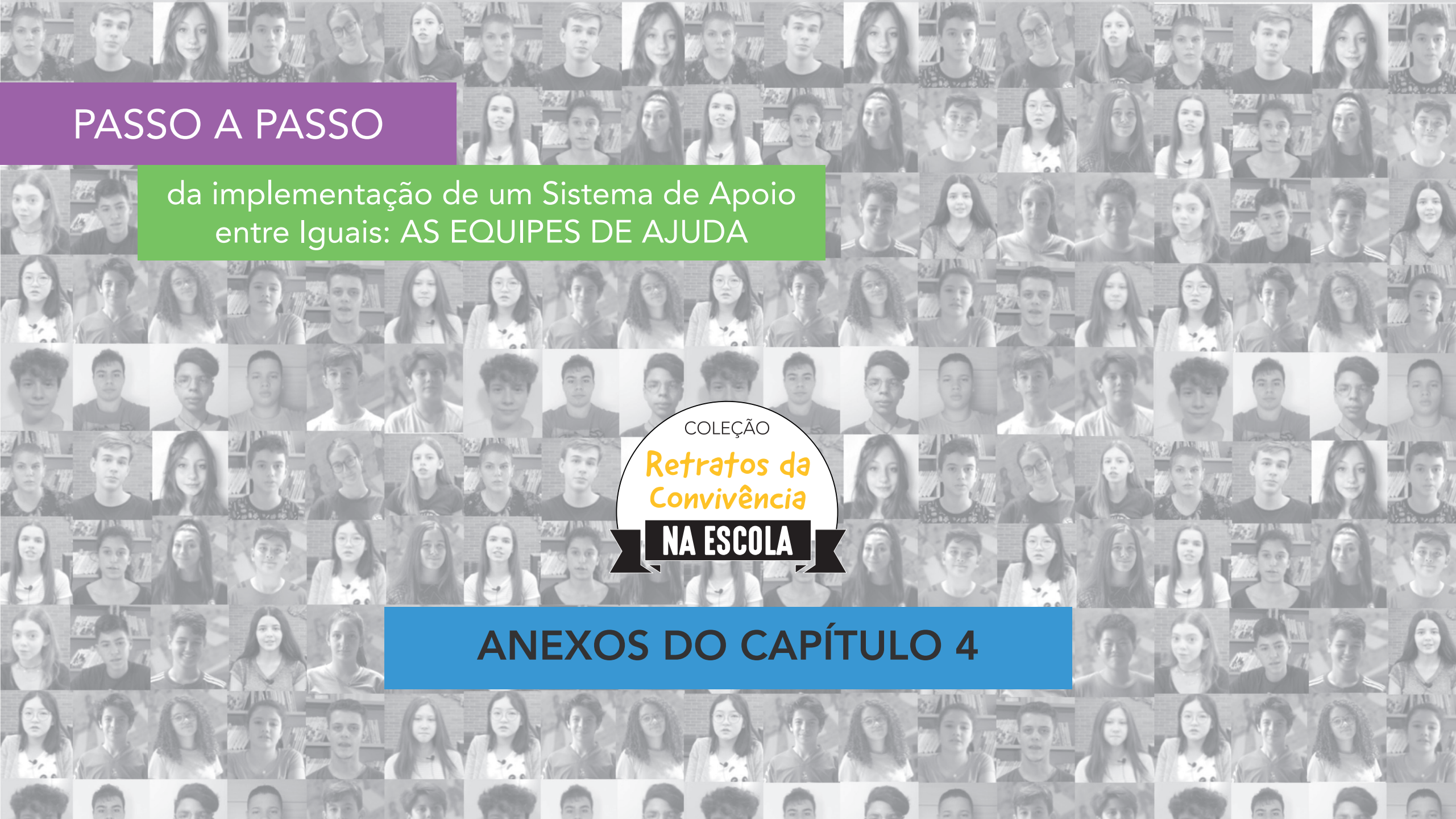
Professor(a) responsável pela convivência

-----RECORTAR AQUI-----

AUTORIZAÇÃO PARA PARTICIPAÇÃO NAS EQUIPES DE AJUDA

Eu, _____, (pai, mãe ou responsável), autorizo meu (minha) filho(a), _____, do _____ ano _____, a participar como membro das Equipes de Ajuda da escola/colégio _____ (a escola preenche o nome da instituição), ciente de que ele(a) deverá participar da formação inicial de 8 horas no dia _____ (a escola preenche a data, o horário e o local) e dos encontros mensais de acompanhamento, que acontecerão às _____ (a escola preenche o dia da semana e o horário).

Assinatura do pai, mãe ou responsável



PASSO A PASSO

da implementação de um Sistema de Apoio
entre Iguais: AS EQUIPES DE AJUDA

COLEÇÃO

*Retratos da
Convivência*

NA ESCOLA

ANEXOS DO CAPÍTULO 4

ANEXO 4.1

Lista completa de materiais necessários – checklist

Espaço da formação	Equipamento multimídia: • Projetor de vídeo • Telão • Caixa de som • Cabos • Microfones (se necessário) Outros materiais: • Cadeiras suficientes e/ou almofadas	
Materiais	• Mesas grandes para organização da recepção e dos materiais de atividades da formação • Toalhas para as mesas (se possível brancas ou rendadas) • Pacotes grandes de jujubas • Material audiovisual completo • Flores para os professores • 5 a 10 vasilhas baixas de vidro ou transparentes	
Para as atividades	• Folhas de sulfite (uma para cada aluno) • Cola • Canetas para todos os alunos e professores • 10 pincéis atômicos (de cores variadas) • 10 folhas de papel pardo • 2 colas • 2 rolos de fita adesiva	
Refeições	• Café da manhã • Almoço com refrigerante ou suco • Lanche no meio da tarde • Espaço com mesas e cadeiras para todos • Toalhas de tecido para as mesas (se possível, providenciar enfeite de mesa) • Guardanapos de papel • Talheres (garfo e faca) • Saquinhos de papel para talheres • Impressão de etiquetas para os saquinhos dos talheres	
Certificados	• Nomes corretos • Certificados corretos para alunos e professores • Data de realização correta da formação	

ANEXO 4.2

Letra e tradução da música “Breathe in breathe out”

Breathe in breathe out	Inspire, expire
Breathe in breathe out Tell me all of you doubts Everybody bleeds this ways, just the same Breathe in breathe out Move on and break down If everyone goes away, I will stay We push and pull And I fall down sometimes And I'm not letting go You hold the other line 'Cause there is a light in your eyes, in your eyes	Inspire, expire Conte-me todas as suas dúvidas Todo mundo sangra assim, da mesma forma Inspire, expire Avance e volte atrás Se todos forem embora, eu ficarei Empurramos e puxamos E eu caio às vezes E não vou largar Porque você segura a outra ponta E há uma luz nos seus olhos, nos seus olhos
Hold on, hold tight If I'm out of your sight And everything keeps moving on, moving on Hold on, hold tight Make it through another night In every day there comes a song with the dawn	Agarre-se com força, aperte bem Se estou fora da sua vista Continue, continue Agarre-se com força, aperte bem Enquanto passa outra noite Em todos os dias vem uma canção com o anoitecer
We push and pull And I fall down sometimes And I'm not letting go You hold the other line 'Cause there is a light in your eyes, in your eyes	Empurramos e puxamos E eu caio às vezes E não vou largar Porque você segura a outra ponta E há uma luz nos seus olhos, nos seus olhos
Breathe in and breathe out Breathe in and breathe out Breathe in and breathe out Breathe in and breathe out	Inspire e expire Inspire e expire Inspire e expire Inspire e expire
Look left, look right To the moon and the night Everything under the stars is in your arms	Olhe para a esquerda e para a direita Para a Lua e para a noite Tudo sob as estrelas está nos seus braços
'Cause there is a light in your eyes, in your eyes There is a light in your eyes, in your eyes There is a light in your eyes, in your eyes	E há uma luz nos seus olhos, nos seus olhos Há uma luz nos seus olhos, nos seus olhos Há uma luz nos seus olhos, nos seus olhos

ANEXO 4.3

Sugestão de etiqueta para os talheres

Amigo, estou aqui Amigo, estou aqui Os seus problemas são meus também E isso eu faço por você e mais ninguém O que eu quero é ver o seu bem Amigo, estou aqui (Música: “You’ve Got a Friend in Me”) “Somos uma Equipe de Ajuda... que ajuda.”  Equipes de Ajuda	Amigo, estou aqui Amigo, estou aqui Os seus problemas são meus também E isso eu faço por você e mais ninguém O que eu quero é ver o seu bem Amigo, estou aqui (Música: “You’ve Got a Friend in Me”) “Somos uma Equipe de Ajuda... que ajuda.”  Equipes de Ajuda
Amigo, estou aqui Amigo, estou aqui Os seus problemas são meus também E isso eu faço por você e mais ninguém O que eu quero é ver o seu bem Amigo, estou aqui (Música: “You’ve Got a Friend in Me”) “Somos uma Equipe de Ajuda... que ajuda.”  Equipes de Ajuda	Amigo, estou aqui Amigo, estou aqui Os seus problemas são meus também E isso eu faço por você e mais ninguém O que eu quero é ver o seu bem Amigo, estou aqui (Música: “You’ve Got a Friend in Me”) “Somos uma Equipe de Ajuda... que ajuda.”  Equipes de Ajuda
Amigo, estou aqui Amigo, estou aqui Os seus problemas são meus também E isso eu faço por você e mais ninguém O que eu quero é ver o seu bem Amigo, estou aqui (Música: “You’ve Got a Friend in Me”) “Somos uma Equipe de Ajuda... que ajuda.”  Equipes de Ajuda	Amigo, estou aqui Amigo, estou aqui Os seus problemas são meus também E isso eu faço por você e mais ninguém O que eu quero é ver o seu bem Amigo, estou aqui (Música: “You’ve Got a Friend in Me”) “Somos uma Equipe de Ajuda... que ajuda.”  Equipes de Ajuda

ANEXO 4.4

Sugestão de modelo para os certificados

www.somoscontraobullying.com.br



CERTIFICADO

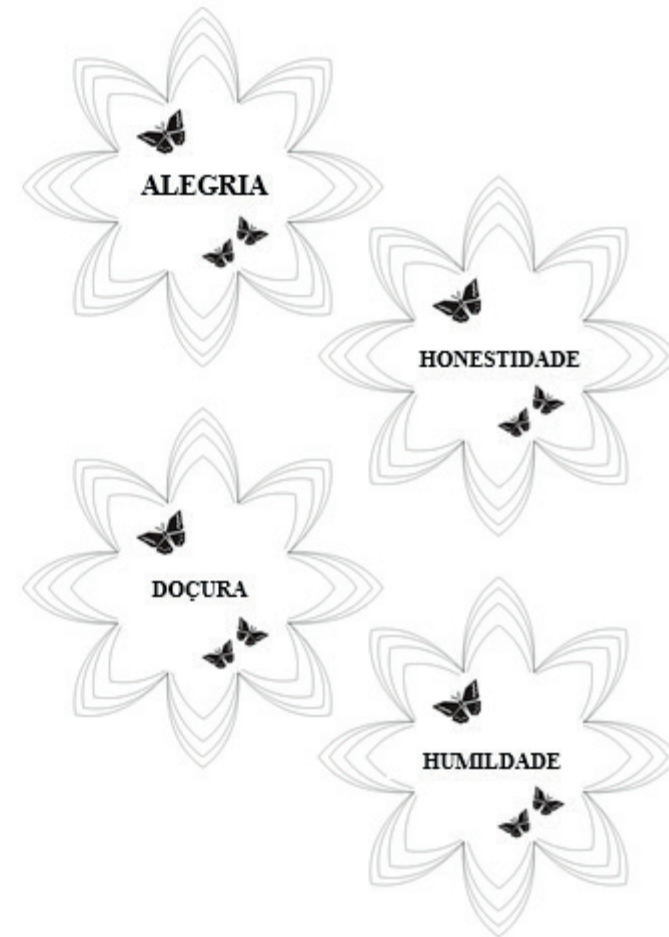
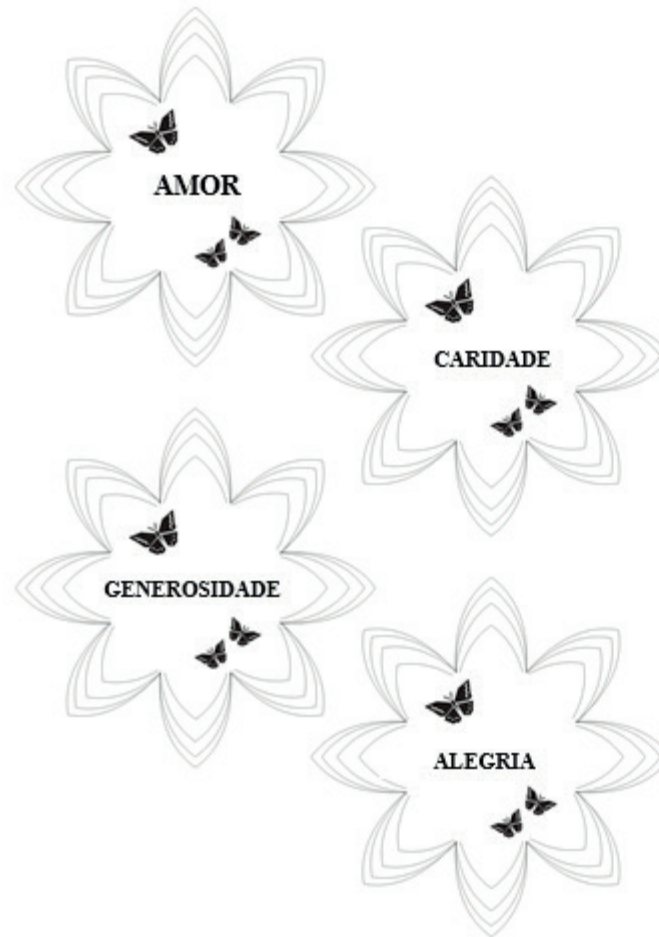
Outorgado a

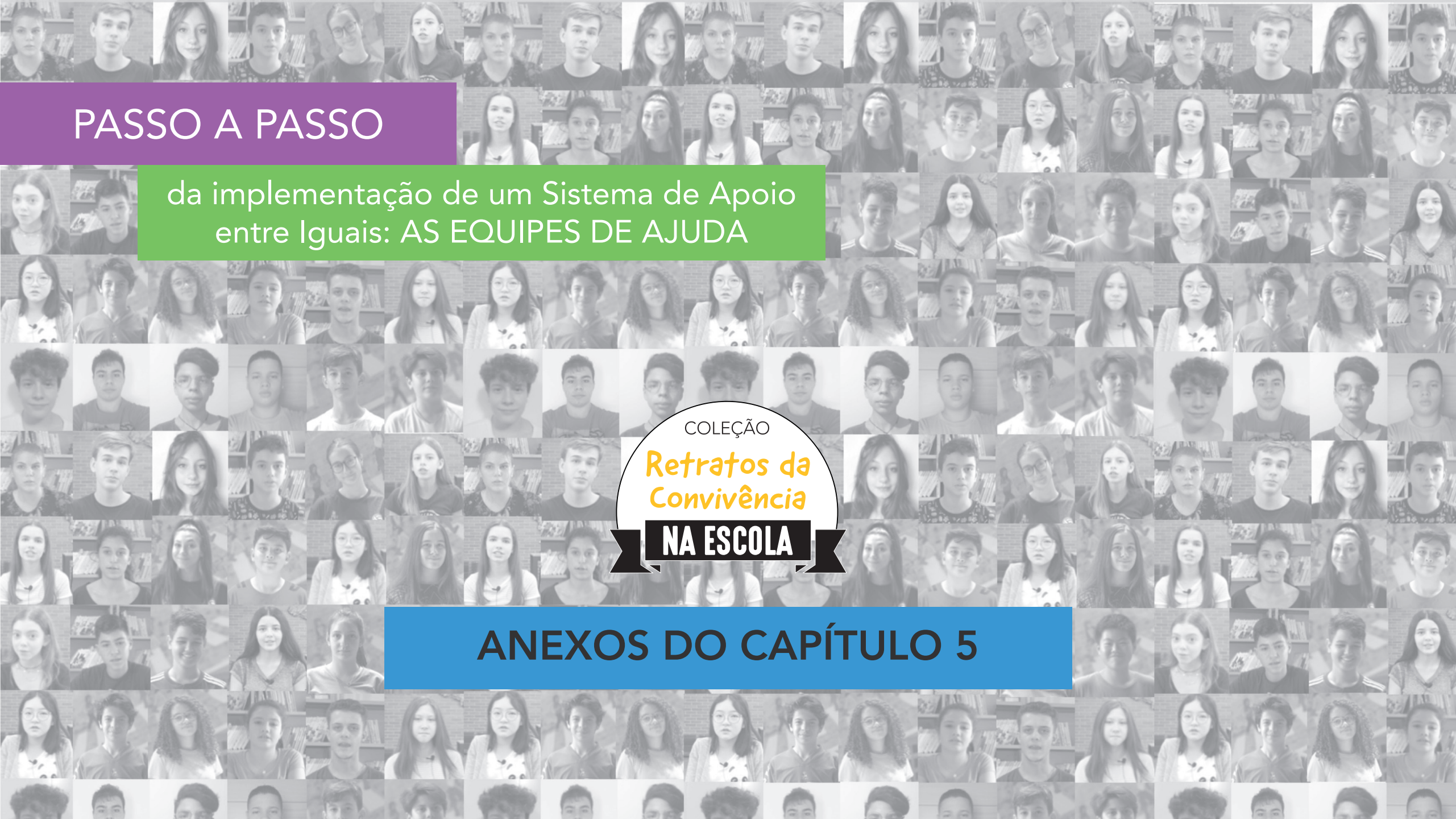
Concluiu a atividade de formação para alunos das **Equipes de Ajuda**,
oferecido pelo **Grupo de Estudos e Pesquisas em Educação Moral - GEPEM - Unesp/Unicamp** com
a carga horária de 8 horas no dia ____ / ____ / ____.



ANEXO 4.5

Modelo para impressão das flores em papel





PASSO A PASSO

da implementação de um Sistema de Apoio
entre Iguais: AS EQUIPES DE AJUDA

COLEÇÃO

*Retratos da
Convivência*

NA ESCOLA

ANEXOS DO CAPÍTULO 5

ANEXOS DO CAPÍTULO 5

(ATIVIDADES A SEREM IMPRESSAS PARA OS ALUNOS)

ANEXO 5.1 – Perfil do aluno da Equipe de Ajuda (AVILÉS; ALONSO, 2017a, 2017b)

- | | |
|------------------------|--|
| 1. Fofoqueiro(a) | 9. Emite juízos (julga) |
| 2. Delator(a) | 10. Comprometido(a) |
| 3. Intrumetido(a) | 11. É melhor que os outros |
| 4. Confiável | 12. Encaminha os problemas graves para um adulto |
| 5. Acompanha os outros | 13. Põe-se no lugar do outro |
| 6. Escuta com atenção | 14. Fala com os isolados |
| 7. Tenta ajudar | 15. Enfrenta os problemas |
| 8. Disponível | |

Característica de um aluno da Equipe de Ajuda

Característica que não deve ser do aluno da Equipe de Ajuda

ANEXO 5.2 – Quadro autoavaliativo

AVILÉS, J. M; ALONSO, M. N. **Caderno de formação das Equipes de Ajuda**. Americana, SP: Adonis, 2017.

Responda ao seguinte questionário, indicando até que ponto você pensa desta forma.

Utilize a seguinte escala:

(1) Nunca – (2) Às vezes – (3) Frequentemente – (4) Em muitas ocasiões – (5) Sempre

	1	2	3	4	5
1. Normalmente estou atento ao que acontece com meus colegas, mesmo aqueles que eu conheço pouco.					
2. Quando surge um conflito, não me deixo levar pela atitude da maioria, mas tenho ideias próprias sobre ele.					
3. Eu costumo ter iniciativas que compartilho com meus colegas quando preciso resolver uma situação de conflito.					
4. Sempre que posso, expresso minha opinião em situações em que se apresentam diferentes pontos de vista.					
5. Percebo com certa facilidade o estado de ânimo dos demais.					
6. Espero minha vez para falar nas discussões que temos na classe.					
7. Alegro-me quando consigo realizar algo que tinha me proposto a fazer.					
8. Interesso-me pelas pessoas que não são como a maioria ou que têm uma personalidade diferente.					
9) Costumo dar o braço a torcer para que possa ser aceito pelos outros.					
10. Considero que não há uma única forma de pensar. Acho que é possível usar caminhos diferentes para chegar à solução de um mesmo problema.					
11. Quando faço algo, penso nas consequências e em como minhas ações podem afetar os demais.					
12. Procuro não ofender (xingar, menosprezar ideias, tirar sarro...) um colega durante uma discussão quando não estou de acordo com ele.					
13. Costumo me divertir com meus colegas tanto em sala de aula como nos intervalos (recreios).					
14. Considero que tenho qualidades que fazem com que os outros possam confiar em mim ou contar seus possíveis problemas.					
15. Sou capaz de perceber quando um colega tem alguma preocupação ou está passando por algum problema.					
16. Gosto de consultar a opinião das pessoas próximas a mim quando tenho de tomar decisões que afetam a mim ou a outras pessoas.					

ANEXO 5.3 – As fases da ajuda

1. Observação

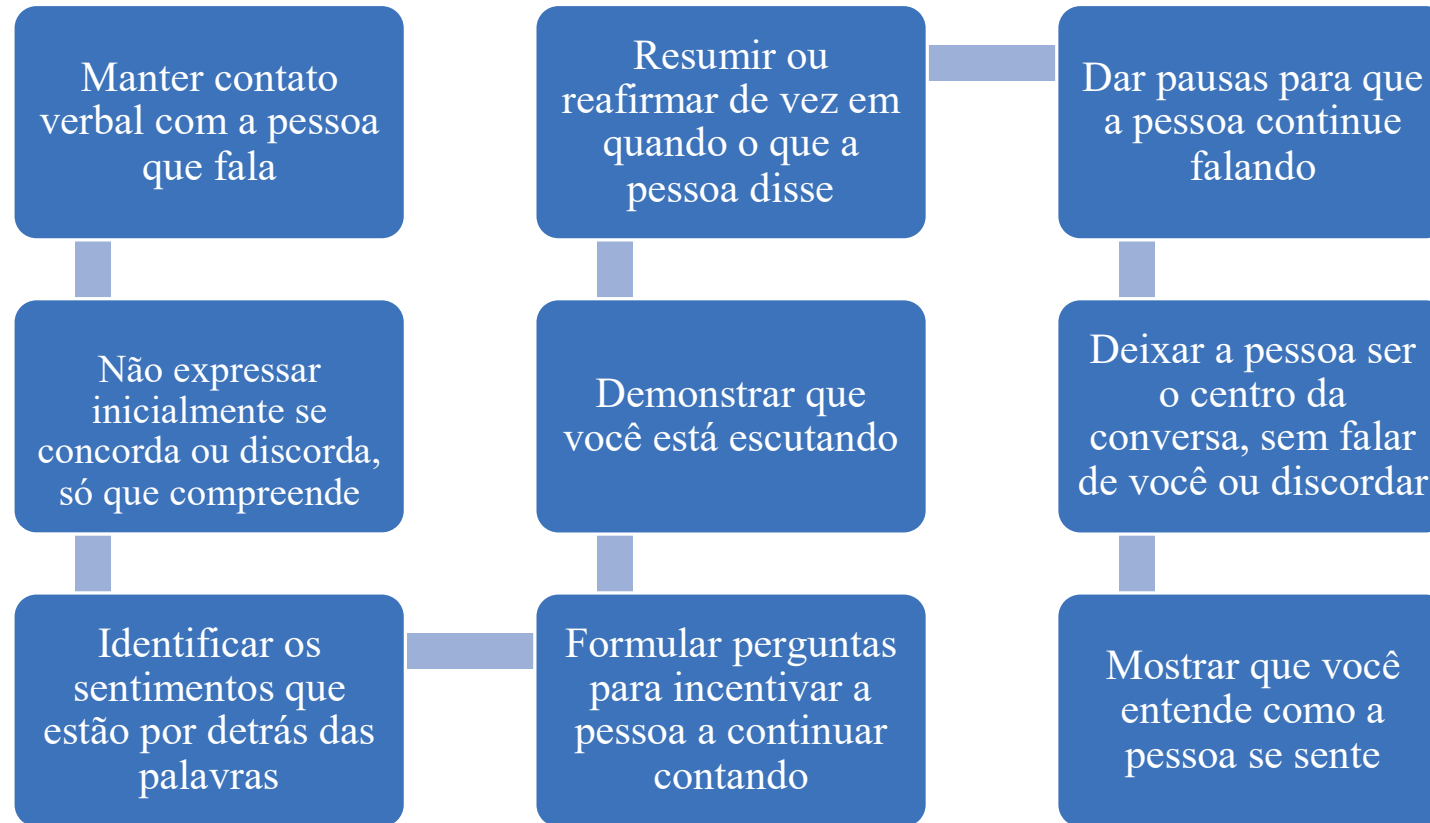
2. Aproximação

3. Aprofundamento

4. Acompanhamento

5. Afastamento/distanciamento

ANEXO 5.4 – Placas da escuta ativa



(AVILÉS; ALONSO, 2017a, 2017b)

Agora, pratique essa conversa. Em grupo, analisem os princípios da escuta ativa descritos nas placas que receberão e vejam, no texto, onde cada um está explícito. Partilhemos!

Na escola, duas grandes amigas estudam em salas separadas. Na entrada da aula de hoje, ao se olharem, Ana sabia que algo não ia bem com Bia. No intervalo, elas se encontram.

Ana – Oi, Bia!

Bia – Oi, Ana!

Ana – Tudo bem?

Bia – Não, não tô muito bem...

Ana – Percebi. Você quer conversar?

Bia – Pode ser.

Ana – Vamos ali atrás da biblioteca, lá é bem sossegado.

Ambas caminham em silêncio até lá.

Bia – Sabe, Ana, tem tanta coisa acontecendo... Lá em casa, minha mãe e meu pai têm brigado muito, meu irmão não tá nem aí pra gente, minha vó tá internada há duas semanas, e a gente tendo de se virar ao acompanhá-la sem ajuda dos meus tios...

Ana – Nossa, Bia... Tudo isso acontecendo!? Você deve estar se sentindo bem triste com esse turbilhão de problemas...

Bia – Tô, sim. E sabe o que mais?

Ana – Hum?

Bia – A Carol!

Ana – O que tem a Carol?

Bia – Ela tá estranha comigo!

Ana – Como assim “estranha”?

Bia – Ela tá superdistante, nem conversa mais. Quando chego na roda, ela sai, e quando as garotas combinam de se encontrar à tarde ela nunca vai...

Ana – Entendi. Além de todos esses problemas, sua melhor amiga não está presente e você deve estar se sentindo deixada de lado, deve estar se sentindo sozinha...

Bia – Sim, é assim mesmo que me sinto. Tenho até a impressão de que eu fiz algo, sabe?

Ana – Hum...

Bia – Mas acho que eu não fiz, não que eu me lembre.

Ana – Mas, me diga, o que faz você pensar que é com você o problema?

Bia – Nada especificamente, mas é que antes andávamos juntas o tempo todo, falávamos o tempo todo.

Ana – Hum, deixe-me ver se entendi: você acha que a Carol se afastou de você, uma vez que ela não está te procurando, e imagina que algo que você fez pode tê-la chateado, porém sem você ter intenção. É isso?

Bia – Exatamente isso.

Ana – Ah, isso é bem chato mesmo! A gente se culpa às vezes, né?

Bia – É... E não sei o que fazer. Não mesmo! Mas será que é isso mesmo ou eu estou exagerando? O que você acha?

Ana – Eu vejo que tudo isso está te chateando muito e algo precisa ser feito para você não se sentir assim. O que você acha que resolveria isso?

Bia – Então, pensei em falar com ela. Mas, se ela está chateada, não vai querer me ouvir. Você sabe como ela é teimosa, como ela é dona da verdade, né?

Ana – Risco correremos sempre, mas tentar vai te fazer bem?

Bia – Acho que sim!

Ana – E você precisa de ajuda nisso?

Bia – Até gostaria, mas acho melhor conversar sozinha com ela.

Ana – Então, vamos pensar juntas nessa conversa para que o resultado seja positivo. Como você começaria esse papo?

Bia – Não sei. O que você faria no meu lugar?

Ana – Acho a conversa uma boa. E se você começar falando de como se sente com esse afastamento e perguntar se algo aconteceu?

Bia – Tem de começar assim, né?

Ana – Não é que tem, mas penso que falar o que você sente vai te fazer bem, não é?

Bia – Acho que sim.

Bate o sinal.

Ana – Temos de voltar para a aula.

Bia – Sim. Obrigada pela conversa. Só de falar com você já me sinto melhor.

Ana – Que bom! Se precisar de ajuda em algo, me avise.

ANEXO 5.5 – Jogo das Possibilidades

TOGNETTA, L. R. P. **Bullying: quem tem medo?** – Uma proposta de implantação de um programa em que a convivência entre as crianças na escola seja um valor. Americana, SP: Adonis, 2015.

Situação 1: Mariana é uma menina bastante alta para sua idade. Quando corre, ela parece desengonçada. Jonas e sua turma correm atrás dela o tempo todo só para vê-la correr. Todos da classe riem.

Como podemos ajudar Mariana?

Quais são as possibilidades?

Situação 2: Bruna é uma garota tímida e tem vergonha de tudo. No dia de seu aniversário, ela avisou que não queria que cantassem “Com quem será...”. Na hora do “Parabéns a você”, Pedro começou a cantar e a falar o nome do menino de quem Bruna gosta. Ela ficou muito envergonhada.

Como podemos ajudar Bruna?

Quais são as possibilidades?

Situação 3: Cristina e Débora possuem um iPhone, mas Cláudia não tem condições econômicas de adquirir um. Ela já pediu aos pais, mas eles disseram não poder comprar. Cristina e Débora ficam o tempo todo debochando de Cláudia por ela não ter um telefone igual ao delas e a excluem do grupo de meninas.

Como podemos ajudar Cláudia?

Quais são as possibilidades?

Situação 4: Pedro gosta muito de música sertaneja. Jonas descobriu e espalhou para a turma toda que Pedro é caipira. Todos tiram sarro de Pedro por seu gosto musical e ele não se sente bem com isso.

Como podemos ajudar Pedro?

Quais são as possibilidades?

Situação 5: Rafael está sempre perto de Wesley, que é o menino mais bagunceiro da escola. Toda vez que Wesley apronta, sobra bronca para Rafael, que está chateado com essa situação.

Como podemos ajudar Rafael?

Quais são as possibilidades?

Situação 6: Marcos é gordinho, tímido e não fala com quase ninguém. Na saída, os meninos, liderados por Gustavo, sempre dão tapas na cabeça de Marcos, que permanece em silêncio e nunca revida. Marcos sente-se muito triste e humilhado.

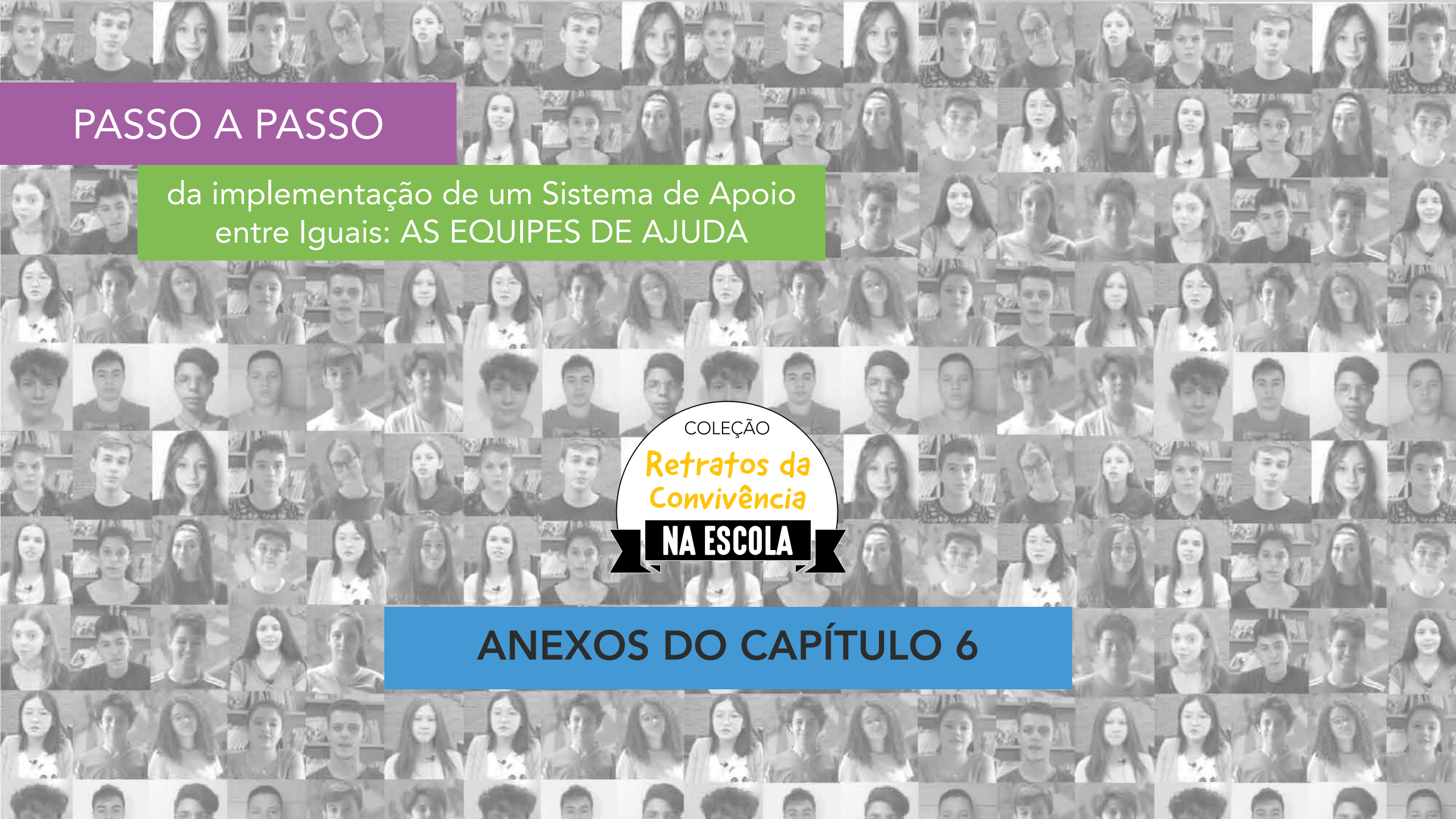
Como podemos ajudar Marcos?

Quais são as possibilidades?

Situação 7: Todos os dias, o tempo todo, os colegas da classe de Roberto ficam correndo atrás dele no recreio e baixando-lhe as calças na frente de todos. Os meninos fazem isso e riem dele. Roberto já pediu que parassem, mas os colegas nem dão ouvidos.

Como podemos ajudar Roberto?

Quais são as possibilidades?

A dense, repeating collage of black and white portraits of diverse students, likely from a school, serves as the background for the entire page. The portraits are arranged in a grid-like pattern, with some students appearing more frequently than others.

PASSO A PASSO

da implementação de um Sistema de Apoio
entre Iguais: AS EQUIPES DE AJUDA

COLEÇÃO

Retratos da
Convivência

NA ESCOLA

ANEXOS DO CAPÍTULO 6

ANEXO 6.1 – Modelo de registro das reuniões

Data	
Escola	
Encontro	
Presentes	
Objetivos	
Atividades planejadas	
Materiais	
Discussão inicial	
Casos discutidos	
Outros encaminhamentos	

ANEXO 6.2 – Modelo de avaliação individual após o primeiro ano de trabalho

	O que eu pensava sobre isso antes de ser da Equipe de Ajuda?	O que eu penso agora?
Bullying		
Ajudar o outro		
Minha capacidade de empatia		
Os problemas de convivência na escola		
Os problemas de convivência nas redes sociais		
O quanto sou importante para minha escola		

O que posso fazer de diferente para o próximo ano?

ANEXO 6.3 – Modelo de avaliação do grupo após o primeiro ano de trabalho

Problema encontrado	Por que isso acontece?	O que podemos fazer para resolvê-lo?	Responsáveis

ANEXO 6.4 – Modelo de avaliação do trabalho

Nome: _____

Avaliação

1. O que conseguimos conquistar na escola com os trabalhos das Equipes de Ajuda?

2. Quais desafios foram superados?

3. Quais desafios ainda temos de superar?

4. Faça um breve relato sobre sua atuação com as Equipes de Ajuda.

ANEXO 6.5 – Indicações de materiais e atividades

SAFERNET BRASIL – Órgão diretamente ligado à defesa dos direitos humanos na internet no Brasil. O site conta com um “Helpline” que serve de ajuda e orientação para os casos de violência na internet. Esse órgão contempla várias iniciativas, como a NÉTICA, que conta com materiais voltados para adolescentes e educadores. É um portal que objetiva promover o uso consciente e ético da internet e o compartilhamento de materiais educativos, vídeos, fotos, eventos, artigos e pesquisas.

SITES: <https://new.safernet.org.br>, <http://new.netica.org.br/prevencao/>

INSTITUTO VITA ALERE – Instituto de Prevenção e Posvenção do Suicídio, com especialistas que trabalham com a prevenção do suicídio e com o processo de luto. Além disso, o instituto conta com produção literária e disponibiliza materiais ao público em seu site.

SITE: <https://vitaalere.com.br>

CVV – Centro de Valorização da Vida, que realiza apoio emocional e prevenção do suicídio, atendendo voluntária e gratuitamente todas as pessoas que querem e precisam conversar, sob total sigilo, por telefone, e-mail e chat 24 horas todos os dias.

SITE: <https://www.cvv.org.br>

CENTRAL DE SEGURANÇA – GOOGLE

SITE: <https://safety.google/intl/pt-BR/security/>

INTERNET SEGURA – NIC.br – O site contempla vários materiais de apoio para educadores, adolescentes e pais sobre o uso seguro da internet.

SITE: <https://internetsegura.br>

INSTITUTO ALANA – Organização de impacto socioambiental que promove o direito e o desenvolvimento integral da criança e fomenta novas formas de bem viver.

SITE: <https://alana.org.br>

CHILDHOOD BRASIL – A Childhood Brasil é um braço da World Childhood Foundation (Childhood) e trabalha pela proteção da infância contra o abuso e a exploração sexual. Com esse foco, a organização desenvolve programas próprios de abrangência regional ou nacional e apoia projetos em diferentes localidades.

SITE: <https://www.childhood.org.br>

INTERNET SEM VACILO – Essa campanha é uma iniciativa do Unicef em parceria com Google, Safernet Brasil, Agência Fermento e Produtora Digital Wavez, e tem como objetivo fazer todo mundo pensar e tomar as mais sábias decisões.

SITE: <https://www.unicef.org/brazil/internet-sem-vacilo>

MOVIMENTO FAMÍLIA MAIS SEGURA – Ação de responsabilidade social digital com foco educacional que visa orientar mais os usuários de tecnologia sobre as regras e leis aplicáveis à atual vida digital na sociedade do conhecimento. É um projeto de iniciativa da ABA, idealizado por Patrícia Peck Pinheiro Advogados e administrado pelo I-START.

SITE: <http://www.familiamaissegura.com.br>

NETHICS EDUCAÇÃO DIGITAL – Empresa voltada à educação de crianças, jovens e adolescentes sobre o uso ético e seguro da internet, com o objetivo de firmar e inspirar comportamentos positivos e saudáveis na interação com as tecnologias da informação e comunicação.

SITE: <https://www.nethicsedu.com.br>

REDE E.S.S.E MUNDO DIGITAL – Projeto do Centro de Estudos Integrados Infância, Adolescência e Saúde (Ceiias) que tem como objetivo promover debates sobre como transformar o mundo digital numa fonte mais ética, segura, saudável e educativa.

SITE: <https://www.essemundodigital.com.br>

ANEXO 6.6 – Mensagem para o tutor

Você não tem e não precisa ter todas as respostas!

Em alguns momentos, como tutor de Equipes de Ajuda, você vai se deparar com situações complexas, diante das quais talvez você não saiba como agir sozinho. O grande diferencial das Equipes de Ajuda é dar voz aos estudantes, deixá-los trazer as ideias de como lidar com os desafios. Seu papel é proporcionar um espaço favorável para a troca entre os alunos, sempre garantindo que as ações se adéquem aos valores das Equipes de Ajuda.

Você vai perceber que o grupo tem ideias muito interessantes e que, com frequência, aprendemos com os alunos e nos surpreendemos com a criatividade e o potencial deles.

Vale a pena trocar ideias sobre o trabalho de tutoria com colegas do seu colégio e com tutores de outras escolas. Não deixe de pedir ajuda, refletir e criar junto!

Desejamos que todos os nossos relatos e propostas aqui apresentados possam servir de sustentação para o árduo, mas imprescindível trabalho feito na escola com as Equipes de Ajuda. Temos a esperança e a certeza de que formaremos juntos essa grande corrente do bem!