

Violência na Minha Vida

"Guiem-se pelos três Rs: Respeito por si próprio / Respeito pelos outros e / Responsabilidade por todas as vossas acções." Dalai Lama

Temas	Paz e Violência, Segurança Humana, Direitos Humanos em geral
Grau de complexidade	Nível 3
Tamanho do grupo	Indiferente
Duração	60 minutos
Sinopse	Nesta actividade, os participantes vão explorar as suas experiências de violência interpessoal, através de uma reflexão.
Direitos relacionados	<ul style="list-style-type: none"> ▪ O direito à vida, à liberdade e à segurança. ▪ O direito à liberdade de pensamento, consciência e religião.
Objectivos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ser capaz de se identificar não só como um possível objecto de violência mas também enquanto fonte de violência. ▪ Encorajar o desenvolvimento das capacidades necessárias para lidar com a violência de uma forma positiva. ▪ Desenvolver os valores da tolerância e da responsabilidade.

o exercício passo a passo

1. Explique que esta actividade constitui uma boa oportunidade para os participantes partilharem as suas ideias e sentimentos sobre as suas experiências de violência interpessoal, quer quando as pessoas foram violentas com eles, quer quando eles foram violentos com outros.
2. Certifique-se de que toda a gente sabe e compreende as regras do trabalho de grupo participativo: todos devem ser respeitados, o que é dito é considerado como confidência, como um assunto que as pessoas não se devem sentir obrigadas a partilhar.
3. Inicie uma reflexão em grupo sobre a palavra "violência" e peça-lhes que dêem exemplos de violências no dia-a-dia, como por exemplo: abusos verbais, insultos, sarcasmo, furar filas, regatear à frente de um terceiro, bater numa criança ou dar ou receber uma bofetada, assaltos ou pequenos roubos, vandalismo, etc.
4. Peça cinco minutos de silêncio para que todos reflectam no seguinte:
 - a) quando alguém foi violento com eles.
 - b) quando foram violentos com alguém.
 - c) quando viram alguém ser violento com um terceiro e não interferiram.

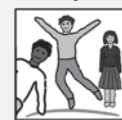
TEMAS



PAZ E VIOLÊNCIA



SEGURANÇA HUMANA



DIREITOS HUMANOS EM GERAL

GRAU DE COMPLEXIDADE



NÍVEL 3

TAMANHO DO GRUPO



INDIFERENTE

DURAÇÃO



60 MINUTOS

Análise e avaliação

Comece com uma pequena análise sobre a actividade em si: se foi ou não difícil e, se sim, porquê. Analise as causas e as consequências das situações a), b) e c) sugeridas em cima. Peça a voluntários que partilhem as suas experiências para que possam ser analisadas. Deixe-os contar o episódio, o modo como se sentiram com a situação e depois deixe os restantes participarem na análise.

1. Qual a causa da situação violenta?
2. Como é que os outros membros do grupo reagiriam em circunstâncias semelhantes?
3. Por que é que reagiram dessa maneira?
4. Como é que podiam ter reagido? Alguém tem alguma sugestão?
5. O que é que podia ter sido feito para prevenir a situação?
6. Na hipótese c), por que é que não interferiram?
7. Dos episódios discutidos, quantos foram o resultado de mal entendidos? Quantos foram o resultado de amargura, despeito ou ciúme? Quantos foram o resultado de diferenças culturais, de tradições, de opinião ou de crenças?
8. O que é para vocês a "tolerância"? Como é que a definem?
9. Acha que as pessoas devem ser totalmente tolerantes relativamente a tudo o que é dito ou feito pelos outros?
10. Por que é que a tolerância constitui um valor muito importante para a promoção dos Direitos Humanos?

Dicas para o animador

Esteja preparado para as surpresas que esta actividade lhe pode trazer e para apoiar alguém que considere a actividade difícil ou constrangedora. Não é possível saber tudo sobre o passado de todos os participantes, nem o que se passa ou passou nas suas famílias. Pode acontecer que algumas das pessoas presentes tenham tido experiências violentas. Deixe bem claro que o objectivo desta actividade consiste em desenvolver capacidades para lidar com a violência, reconhecendo as causas, sentimentos e emoções, desenvolvendo capacidades para agir de forma pragmática, controlando a situação e encontrando formas não violentas de actuar em situações violentas. Diga aos participantes para se lembrarem do Artigo 1º da Declaração Universal dos Direitos do Homem: "Todos os seres humanos nascem livres e iguais em dignidade e em Direitos". Se queremos que os outros vivam de acordo com este artigo, nós também o devemos fazer.

Se tiver um grupo muito grande se calhar o melhor é dividi-lo grupo para que possam partilhar as suas histórias.

Variantes

Esta é uma boa actividade para encenar. Peça a dois, três ou quatro participantes para adaptar um incidente numa pequena dramatização. O resto do grupo é apenas espectador. Pode ir fazendo pequenos intervalos na dramatização e ir pedindo comentários ou sugestões sobre a continuação da mesma. Como alternativa, os membros da audiência podem intervir directamente, assumindo os papéis dos actores e alterando o rumo da história.

Sugestões para aprofundamento

Descubram informações sobre organizações que apoiam as vítimas de violência, como as linhas de ajuda telefónicas ou as redes de apoio à vítima. Descubram também informações sobre outras organizações que promovam a compreensão e a tolerância dentro da comunidade. Se quiserem continuar a abordar o tema da paz e violência tentem fazer a actividade "Um Mundo Perfeito!" na página 269. Encontrem as respostas e completem a roda da Paz!

1, 2, 3... Acção

Entrem em contacto com uma organização que promova a paz e a não-violência na vossa comunidade e descubram o que podem fazer para ajudar.

A lembrar

16 de Novembro
Dia Internacional da
Tolerância