Geração CONSCIENTE
O CUIDADO TRANSFORMA

CARTILHA

Identidade, Gênero e Sexualidade

MUITOS JEITOS DE SER QUEM SOMOS

unesco
UNAIDS
.RS SEGURO
PROGRAMA TRANSVERSAL E ESTRUTURANTE DE SEGURANÇA PÚBLICA
GOVERNO DO ESTADO
RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DA SAÚDE



Geração CONSCIENTE

O CUIDADO TRANSFORMA

Sumário

Apresentação do programa “Geração Consciente: o cuidado transforma” 4

1. Pra começo de conversa 8

2. Metodologias 12

1. Os adolescentes e as redes sociais 13
2. Muitos jeitos de ser menino/homem e ser menina/mulher 19
3. Violência contra meninas e mulheres 29
4. Diversidade sexual: a delícia de ser quem somos 41

3. Pra saber mais 48

4. Pra fazer mais 51

6. Feedback da cartilha 55

Referências bibliográficas 56

APRESENTAÇÃO DO PROGRAMA "GERAÇÃO CONSCIENTE: O CUIDADO TRANSFORMA"

O programa **Geração Consciente: o cuidado transforma** é uma iniciativa do Governo do Estado do Rio Grande do Sul realizada por intermédio da Secretaria Estadual de Saúde (SES/RS), em parceria com Secretaria Estadual da Educação(SEDUC/RS),Programa RS Seguro, Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco), a Secretaria Estadual de e o Programa das Nações Unidas sobre HIV/AIDS (UNAIDS). Trata- -se de um **projeto de comunicação e educação em saúde para adolescentes** estudantes do 8º ano do ensino fundamental e do 1º ano do ensino médio da rede pública de ensino, desenvolvido nos municípios prioritários para a política de HIV/AIDS e para o Programa RS Seguro. Na perspectiva do RS Seguro, o programa procura abordar a questão da violência e da saúde das(os) adolescentes por meio de ações de informação e educação.

O Geração Consciente trabalha para **promover a saúde das(os) adolescentes** em uma perspectiva **integral**, contemplando a **saúde física, a saúde mental/emocional, a saúde das relações, a saúde da comunidade e a transformação social**. A ideia é abordar temas importantes na adolescência de forma dialógica, informal e divertida, objetivando gerar mudanças comportamentais e engajamento social entre as(os) adolescentes.

As sete temáticas abordadas pelo programa são:



1. Emoções esentimentos: desenvolve familiaridade com o mundo interno das emoções, pensamentos e sentimentos; estratégias demanejodas emoções; noções básicassobre saúde mental e autocuidado, bem como o cuidado com outras pessoas e com a coletividade.

2. Identidade: discute o processo de construção de identidade observando a história de vida e a inserção dos sujeitos no coletivo, contemplando os desafios de viver a adolescência nos dias de hoje.





3. Gênero e sexualidade: desenvolve consciência crítica sobre papéis de gênero (masculinidade e feminilidade) e desigualdade de gênero. Informa, ainda, sobre diversidade sexual e de gênero e a população LGBTQIA+.

4. Estigma, discriminação e violência: discute criticamente diferentes formas de desigualdade, discriminação e privilégio, as violências decorrentes disso e desenvolve a temática do bullying.





5. Saúde sexual e reprodutiva: informa sobre saúde na vivência da sexualidade; gravidez; HIV e outras infecções sexualmente transmissíveis(ISTs)einstrumentaliza para a prevenção na perspectiva de gerenciamento de riscos.

6. Uso abusivo de álcool e outras drogas: informa sobre fatores de risco e proteção no uso de álcool e outras drogas e desenvolve autonomia no gerenciamento de riscos na perspectiva da
redução de danos relacionados ao uso.





7. Sonhando alto: estimula a reflexão sobre sentidos de vida, desejosesonhosparaofuturoeofereceferramentas para a criação de projetos e planejamentos de vida realistas.

No percurso formativo, essas temáticas serão trabalhadas a partir de três grandes temas:

- **1.Habilidades socioemocionais**
- **2.Violência(s) na/contra a infância e adolescência**
- **3.Direitos sexuais e reprodutivos**

O desenvolvimento da aprendizagem, por sua vez, será por meio de três eixos de ação:

1.Informação:comunicação difundida nas redes sociais e no site do programa;

2.Educação em saúde: oficinas para aplicação em sala de aula e programas de auditório com a participação das(os) adolescentes em jogos educativos;

3.Engajamento social: concursos culturais consistindo de jogos e desafios colaborativos entre as escolas e turmas.

NESTA CARTILHA, VAMOS TRATAR DE IDENTIDADE E GÊNERO E SEXUALIDADE.

POR QUE "GERAÇÃO CONSCIENTE?"

Quando falamos em **consciência**, falamos em:

- Consciência na experiência de emoções, pensamentos e desejos – e de como manejá-los;
- Consciência sobre os sentimentos e as necessidades do outro nas relações e sobre os caminhos para lidar com conflitos de forma pacífica;
- Consciência sobre questões sociais que afetam o mundo e como atravessam a vida cotidiana;
- Consciência sobre os riscos que se pode enfrentar na vivência da sexualidade e no uso de álcool e outras drogas – e como gerenciá-los;
- Consciência sobre nossos sonhos (individuais e para o mundo) e sobre caminhos possíveis para concretizá-los.

A consciência é a chave de todo processo de mudança individual e coletiva, pois uma nova forma de ver o mundo – mais ampla, mais crítica, mais profunda – já é capaz de alterar o modo como nos relacionamos com ele.

Mas a mudança só se concretiza, de fato, quando há **cuidado**: ações e práticas de zelo pela saúde individual e coletiva. O objetivo do programa, neste sentido, é promover saúde ao estimular o cuidado de cada adolescente em relação a si e aos seus pares. Cuidado é algo abrangente: envolve instrumentalizar cada adolescente para zelar por suas próprias emoções, seu corpo, suas relações e seu futuro.

A partir da consciência e do cuidado é possível gerar transformação! Por isso, a ideia é estimular o cuidado de si mesmo e do coletivo para que ambos se transformem e possibilitem que emerja uma nova e melhor realidade para todas as pessoas. Quando a juventude se entende como protagonista de transformação social, pode também surgir um senso de pertencimento, autoestima e sentido de vida para cada adolescente.

Quando uma geração se torna consciente, a transformação já começou!

COMO UTILIZAR ESTA CARTILHA?

Esta cartilha faz parte do eixo de **educação em saúde** do Projeto e visa instrumentalizar profissionais da educação para que possam conduzir momentos de reflexão e aprendizagem com as(os) adolescentes para as temáticas do **Geração Consciente**. Nela, você encontrará roteiros de oficinas com um passo a passo para a realização das atividades, além de instruções e sugestões de abordagens que podem orientar a condução.

Cada oficina contém um pequeno texto de **introdução** sobre a temática trabalhada; **objetivos** específicos da atividade; uma descrição dos **materiais** necessários, o **tempo de duração** estimado e as **questões norteadoras** do encontro, que a dinâmica procurará responder ou investigar. Em seguida, contém uma descrição detalhada de cada etapa da dinâmica.

Todas as oficinas começam com um momento de **integração** – uma dinâmica para aquecimento e conexão do grupo que apresenta o tema da atividade. Depois disso, temos a **apresentação** do tema, seguida da **dinâmica educativa**, que é diferente para cada oficina e procura investigar a temática de forma lúdica, colocando as(os) adolescentes como protagonistas da atividade. Ao final de todo roteiro há uma seção de **fechamento** com ideias importantespararetomaroquefoiaprendidoeencerraroencontro.

Algumas oficinas utilizam modelos e materiais pré-preparados. Eles estão linkados na seção de materiais e ao final de cada roteiro, na seção de **anexos** .

Aofinal dacartilha háumaseçãoindicando materiais deaprofundamentointitulada **Para saber mais**, caso o facilitador se interesse por seguir estudando a temática em questão. Há também uma seção de sugestões de atividades extras intitulada **Para fazer mais**. Assim, é possível variar o repertório e seguir colocando em prática os conteúdos trabalhados no dia a dia com as(os) alunas(os). Por fim, há a seção **Feedback da cartilha**, em que os(as) educadores(as) são convidados a compartilhar suas perspectivas e experiências na leitura e na aplicação das metodologias da cartilha.

Esperamos que esta cartilha apoie a realização de momentos educativos realmente transformadores para as(os) adolescentes!

1.PRA COMEÇO DE CONVERSA

A adolescência é um período muito especial no desenvolvimento da humanidade. Considerada comoumatransição entre a infância e a idade adulta,ela é marcada porintenso crescimento e desenvolvimento – ambos semanifestando comtransformações anatômicas, fisiológicas, psicológicas e sociais1.

Nessa fase da vida também observamos mudanças psicológicas que envolvem alteração de humor, desejo de viver intensamente, atração sexual, questionamentos sobre a vida, necessidade de aceitação, formação de grupos, afirmação da identidade pessoal e sexual e a iniciação da vida sexual. Para a psicologia do desenvolvimento, a adolescência é caracterizada por três processos marcantes:

- **Formação da identidade:** o lugar de criança vai sendo abandonado para dar espaço a um novo papel familiar e social: o do(a) adolescente. Nessa fase de afirmação da identidade sobre seu lugar no mundo, elas(os) tendem a contestar as normas e os adultos, emitir mais opiniões e desejar mais privacidade em relação à família.
- **Capacidade de interação:** com essa capacidade potencializada nesta fase, a importância dos pares ganha dimensão ampliada. Não à toa, adolescentes passam a participar mais de grupos, a preferir a companhia dos amigos e a realizar mais atividades coletivas.
- **Construção da autonomia:** processo determinante para a ampliação da capacidade de pensar, agir e tomar decisões, este processo contribui para o amadurecimento gradativo das(os) adolescentes. A autonomia seráresultadodeuma longa trajetória,porissoétãoimportanteoferecer confiança, conversar e apoiar as(os) adolescentes.

Para compreender mais sobre a adolescência na atualidade, vamos abordar brevemente cada um dos principais aspectos que envolvem o adolescer.

ADOLESCENTES DIGITAIS E OS PADRÕES ESTABELECIDOS

A(o) adolescente de 2022 é conectada(o). A atual geração de adolescentes nasceu a partir dos anos 2000 – portanto, na era da internet – o que as(os) tornam nativos digitais.

1 Brêtas JRS, Rua DV, Querino ID, Cintra CC, Ferreira D, Correa DS. Compreendendo o interesse de adolescentes do sexo masculino e feminino sobre corpo e sexualidade. Temas Sobre Desenvolvimento 2002; 11(64):20-29.

Como fator positivo, a proximidade com a internet possibilitou o acesso a informações variadas, permitindo a realização de pesquisas e a comunicaçãocom pessoas de outros locais. Na contramão, vivemos o uso indiscriminado da internet (especialmente das redes sociais). As longas horas que boa parte das(os) adolescentes passam em frente ao celular vem acarretando prejuízos à saúde mental desse público.

O contexto de pandemia fez com que crianças e adolescentes, naturalmente já familiarizados com as redes sociais, intensificassem suas relações por meio de plataformas digitais, o que ainda nãose normalizou com o fim do isolamentosocial eretorno integral às escolas.

No Brasil, 86% das crianças e adolescentes entre 9 e 17 anos entrevistadas pela TIC Kids Online Brasil usavam as redes sociais em 2022, um aumento de 8% em relação à pesquisa de2021 e10%com relaçãoaorelatóriolançadode2019.

Na mesma pesquisa da TIC:

- **33% das(os) usuárias(os) reportaram ter acontecido alguma coisa na internet que não gostaram, as(os) ofenderam ou chatearam;**
- **Apenas 20% usam a internet para ter mais informações sobre seus sentimentos, sofrimento emocional, saúde mental ou bem-estar e o outros 20% para discutir saúde ou educação sexual;**
- **No entanto, quase 50% usam das redes para obter informações sobre dietas ou refeições.**

Nesse ambiente virtual, portanto, as(os) adolescentes sentem-se pressionadas(os) a seguirem um padrão de beleza e um estilo de vida idealizado e estimulado por celebridades e influenciadoras(es). A pressão sofrida vem causando prejuízos na saúde mental, principalmentedemeninase mulheres,que são mais influenciadas a buscar meios de se encaixar no padrão do que de aceitarem a si mesmas.

Nos grupos focais realizados com escolas na fase inicial do programa Geração Consciente, o sofrimento causado pela comparação e pelas incessantes tentativas de se alcançar um padrão de beleza amplamente disseminado aparece de forma fre qu en te.

SEXUALIDADE E ADOLESCÊNCIA

A sexualidade é uma importante dimensão da vida humana que inclui o sexo, o gênero, a identidade, os papéis e a orientação sexual, o erotismo, o prazer, a intimidade e a reprodução. Para as(os) **adolescentes**, trata-se de um momento de experimentações e **descobertas** bastante influenciado por aspectos como: relações de poder, questões de gênero, valores, culturas, comportamentos, contextos políticos, econômicos e espirituais, questões de raça/core modelosdesociedade.

Na adolescência, a sexualidade ganha espaço, emergindo também o desejo afetivo-sexual.De igualmodo, muitas(os)adolescentesmantêmrelações sexuais semestaremem relacionamentos estáveis, relacionam-se com parceiros(as) do mesmo sexo e/ou com mais de uma pessoa ao mesmo tempo etc.

Nessas interações, também são reproduzidos **preconceitos** e informações equivocadas sobre orientação sexual e relações protegidas, por exemplo, gerando mais desinformação e ***bullying*** entre jovens. As(os) gaúchos que participaram dos grupos focais realizados pelo Programa Geração Consciente relataram que ainda vivenciam intolerância, estigma e discriminação em relação à diversidade na escola, incluindo questões de gênero, raça e sexualidade.

RELAÇÕES DE GÊNERO E ADOLESCÊNCIA

Oconceitodegênerodizrespeitoaos **aprendizados e expectativas sobre o que é ser "homem" e ser "mulher" em uma determinada cultura e sociedade.** Enquanto o "sexo" está relacionado a características biológicas e anatômicas associadas ao masculino ou feminino, o "gênero" trata das características quesão aprendidas em diferentes espaços: na família, na escola, no grupo de amigos, nas instituições religiosas, nos desportos, no ambiente de trabalho, nos meios de comunicação social, na política.

Portanto, gênero são os aprendizados e as expectativas sociais sobre o que é ser uma menina/mulher e um menino/homem. Ao longo da vida todos e todas nós vamos aprendendo e construindo cotidianamente o que é ser homem e ser mulher e é tão natural que nem nos damos conta que isso está acontecendo.

Mas afinal, por que falar sobre gênero é importante?

É inegável que há muitas diferenças nos comportamentos de meninos e meninas, entretantooque não podemosé contribuir para queessasdiferenças sejamtransformadas em desigualdades. É por isso que o conceito de gênero é importante, pois nos ajuda a mostrar

a diversidade das relações sociais e a possibilidade de construir novas possibilidades na vidasocial,afetiva e sexualde homens e mulheres.

As questões de gênero influenciam as relações estabelecidas na adolescência – e por toda a vida. Compreender como isso acontece é fundamental para entender os reflexos na vivência da sexualidade, na contracepção e na construção de suas identidades.

Com relação à violência, meninas sofrem mais abusos e ameaças que meninos – isso não significa, porém, que eles não vivenciem essas situações, a questão é que meninas e mulheres são alvo muito mais frequente. Vistas como inferiores, submissas, fracas, como pessoas sem vontade própria, que estão no mundo “a serviço” dos homens, elas acabam sofrendo mais casos de violência, principalmente moral e sexual. Em 2022, de acordo com o Fórum de Segurança Pública do Brasil, houve um aumento de mais de um terço de mulheres vítimas de agressões físicas e/ou sexuais. Entre as meninas, a pesquisa “Por Ser Menina no Brasil”, realizada em 2021 pela Plan Internacional, demonstra como a violência de gênero é algo corriqueiro: **94,2% das meninas já presenciaram ao menos uma situação de violência com elas ou pessoas próximas.**

Sendo a escola o principal espaço de socialização das(os) adolescentes, é estratégico que aproveitemos a segurança, a proteção e a possibilidade de reflexão que esse local oferecepara **potencializaro desenvolvimento de cada indivíduo**, visando uma sociedade melhor em todas as áreas.

2. METODOLOGIAS

Para esta cartilha – Identidade, Gênero e Sexualidade: Muitos Jeitos de Ser Quem Somos –, elaboramos quatro metodologias. A seguir, confira um breve resumo de cada uma delas. **Ao clicar no título, você será direcionado para a íntegra da metodologia. Navegue por todas elas, descubra aquelas que mais fazem sentido para você e suas turmas e comece a preparar as atividades! Vai ser uma linda jornada!**

1.OS ADOLESCENTES E AS REDES SOCIAIS

Num primeiro momento, proporciona uma conversa ampliada sobre ser adolescente e, após, uma reflexão sobre as redes sociais e seus impactos sobre a saúde emocional das(os) usuários numa perspectiva crítica.

2.MUITOS JEITOS DE SER MENINO/HOMEM E SER MENINA/MULHER

À luz do conceito de relações degênero, as(os) adolescentes são convidados a refletir sobre as distintas expressões de masculinidade e feminilidade, ou seja, os muitos jeitos de ser menino/homem e ser menina/mulher, bem como discutir os estereótipos de gênero e suas consequências nocivas aos homens e mulheres.

3.VIOLÊNCIA CONTRA MENINAS E MULHERES

Reflete sobre os diferentes tipos de violência nos relacionamentos íntimos e seus ciclos típicos. Informa, ainda, a respeito da identificação da violência em seus estágios iniciais, de modo a favorecer que se retirem de relações potencialmente violentas antes de seu agravamento.

4.DIVERSIDADE: A DELÍCIA DE SER QUEM SOMOS

Na perspectiva da diversidade sexuale degênero, a oficina proporciona o reconhecimento da diversidade e da singularidade de cada pessoa na vivência das relações sociais e sexuais, bem como a reflexão crítica dos principais mitos associados à orientação sexual e às situações de preconceito e discriminação sofridas pela população LGBTQIA+.

1. Os adolescentes e as redes sociais

INTRODUÇÃO [2]

A atual geração de adolescentes é a primeira100% digital, ou seja, muitas(os) delas(es) nascerameestãocrescendo com astecnologias digitaisde formahabitual. O acessoao mundoinfinitoproporcionado pela interneteouso constante dasredessociais fazemparte do cotidiano de milhões de adolescentes. A exposição aos conteúdos veiculados nas redes vem influenciando fortemente o processo de formação da identidade, que é um dos principais e mais importantes processos do desenvolvimento de adolescentes. Além disso, também influenciam valores, modos de agir, vestir, consumir, expressar, manifestar a sexualidade e atéaautoimagem, sempremuito comparadaaopadrãode beleza vigente.

Estudos vêm apontando para a associação entre o uso excessivo de redes sociais como o Instagram, e casos de ansiedade e depressão na adolescência. Essa relação com asredes sociais é, semdúvidas, um dos desafiosde viver a adolescência atualmente. Nesse sentido, refletir com as(os) adolescentes o que pensam sobre a adolescência e sua relação com as redes sociais é de suma importância.

Esta primeira metodologia está dividida em dois momentos principais: 1) reflexão sobre a adolescência através de discussão em grupo e apresentação em plenária e 2) discussão sobre as redes sociais. Nesta etapa, as(os) adolescentes serão convidadas(os) a preencher dois modelos de perfil de rede social – um retratando a forma editada como nosapresentamos nasredessociaisem geraleooutroretratandoanossarealidade. Os perfisserãodeum adolescenteimaginário construídopelosparticipantes – mas podem ter aspectos da realidade de cada um(a), se assim eles(as) quiserem.

OBJETIVOS

- Proporcionar aos participantes uma reflexão sobre ser adolescente;
- Refletir sobre o funcionamento das redes sociais e seus impactos sobre a saúde emocional dos usuários;
- Compreender a vida apresentada nas redes como uma versão editada da realidade;
- Pensar criticamente sobre a “boa vida” retratada nas redes e a “boa vida” real.

[2] Parte desta metodologia foi extraída e adaptada do Manual de Metodologias “Tamo Junto: Cultivando Saúde no Socioeducativo”. Disponível em: https://bit.ly/3ciuSe6

MATE RI AIS	TEMPO DE DURAÇÃO ES TIMA DO	QUESTÕES N OR TE ADO RA S
• Matrizes de Redes Sociais (disponíveis nos anexos); •Canetas e lápis coloridos; •Revistas e jornais; •Tesouras e cola (opcional).	50 minutos	• O que é ser adolescente? • Como as redes sociais influenciam o comportamento de adolescentes? • O que é real e o que é *fake* nas redes sociais?

ROTEIRO

1. INTEGRAÇÃO - DISCUSSÃO RELÂMPAGO

TEMPO ESTIMADO: CINCO MINUTOS

- Divida as(os) adolescentes em quatro grupos e peça que responda a seguinte questão: **O que é ser adolescente?** Cada grupo terá cinco minutos para discutir a sua pergunta.

2. APRESENTAÇÃO

TEMPO ESTIMADO: DEZ MINUTOS

- Peça para que cada grupo compartilhe, rapidamente, com o restante da turma a resposta à qual chegou e, a partir das respostas, apresente alguns **aspectos importantes sobre a adolescência**. Suas colocações podem se basear nos pontos abaixo:

  - **É importante compreender que existem vários jeitos de ser adolescente.** A vivência da adolescência vai depender do contexto sociocultural, bem como de características individuais de cada sujeito como gênero, raça, orientação sexual, condição socioeconômica, grau de escolaridade, lugar de moradia (campo ou cidade, centro ou periferia), nível de informação, ter ou não uma deficiência e por todos os comportamentos e atitudes que os indivíduos nessa condição começam a desenvolver. Portanto, a história de vida de cada um/uma é única.

- Explique que **marca a transição da infância a adolescência para a vida adulta.** é uma etapa muito importante da vida que Ela é marcadaporintensas transformaçõesnodesenvolvimentofísico,psíquico, social e intelectual.
- **A adolescência é um período de experimentação e de construção da identidade**– é um período em que descobrimos/construímos quem somos, eisso pode ser muitopositivo, dandoummaiorsensodepertencimentoa uma comunidade e mais autoconfiança.
- **Destaque a importância de se entender os processos que vivemos nessa etapa da vida** Quandoestamos vivendoa adolescência, em geralnãonos damoscontade que muitas das dificuldades e sofrimentos que enfrentamos são relacionados ao nosso desenvolvimento natural nessa etapa. Boa parte do caos que vivemos na adolescência, que por vezes só conseguimos entender como um período conturbado depois, na idade adulta, tem motivações no desenvolvimento do nosso corpo e do nosso cérebro.
- **Compreender que a adolescência também é uma fase muito potente** porque ela nos possibilita novas descobertas, criatividade, construção da identidade, maior independência, relações sociais ricas e capacidade de se t ransfor mar.

Por fim, destaque que atualmente **os adolescentes são muito pressionados pela mídia**, especialmente pelas redes sociais, a seguirem um padrão de beleza e um estilo de vida idealizado e estimulado pelas celebridades/ influenciadores sociais.

- Explique que em função da relevância da **influência das redes sociais na vida dos adolescentes**, inclusive na construção da sua identidade, hoje vamos discutir sobre este tema.

3. DINÂMICA EDUCATIVA

TEMPO ESTIMADO: 15 MINUTOS

- Inicie pontuando que o uso constante das redes sociais fazem parte do cotidiano de milhões de adolescentes, mas os conteúdos postados não necessariamente refletem a realidade em que vivem. As postagens se referem muito mais a imagem que queremos passar para os outros, sejadebeleza ou estilo de vida previamente estabelecidos, para sermos admirados e aceitos.

- Dito isso, apresente a atividade explicando que os adolescentes se dividirão em grupos de 4 a6 pessoas e, utilizando desenhos, escrita e colagens (se houverrevistas e jornais disponíveis para isso), construirão dois perfis de um adolescente imaginário. Um representará a imagem que ele passa nas redes sociais. O outro representará a vida real desse mesmo adolescente, incluindo as vivências que ele não compartilha nas redes: **rede"*fake*"socialxredereal**. É importante que os alunos coloquem o quantitativo de likes, legendas e hashtags em suas postagens. A ideia é que fique claro como as redes valorizam imagens, padrões de beleza e características que nem sempre refletem a realidade.

4. DISCUSSÃO

TEMPO ESTIMADO: 15 MINUTOS

- Nessa etapa, cada grupo vai compartilhar um pouco sobre os perfis que construíram e sobre as ideias e percepções que surgiram durante a atividade.
- **A partir das falas dos grupos, promova uma discussão** pautada pelas seguintes perguntas e/ou outras que se aproximem das falas dos adolescentes:
    - Quais são as diferenças entre o primeiro (*fake*) e o segundo (real) perfil?
    - A vida do primeiro perfil é real?
    - Quando vocês usam as redes sociais, vocês comparam suas vidas com as imagens que os outros mostram ali? Quais são os sentimentos que vocês têm quando estão nas redes sociais?
    - **Dê exemplos:** "Comparamos nosso corpo e nossa beleza com a beleza dos outros? Comparamos nossas roupas com as roupas dos outros? Comparamos as nossas atividades de lazer, nossos amigos, nossa família, nosso/anamorado/namorada,os objetosmateriais quetemos com osdos outros?". Enfatize que muitas vezes nos comparamos sem nem perceber e isso pode nos fazer sentir mal.
- **Reflita com os adolescentes:** Ser feliz é viver a vida perfeita das redes sociais (ser bonito, rico, popular, estar na moda, etc.)? Existe uma vida perfeita? É possível ser feliz sem viver uma vida "perfeita"? Aqui, a ideia é que os adolescentes cheguem à conclusão de que a felicidade nãodependedo conjuntode experiências,características e ideais valorizados nas redes e que existe um mundo interno para o qual precisamos olhar.

- **Destaque que o uso excessivo das redes sociais pode trazer prejuízos a saúde mental,** como depressão, baixa autoestima e ansiedade. Dê exemplos: a pessoa posta uma foto e fica ansiosa aguardando o número de curtidas e comentários que vai receber; uma outra pessoa pode se sentir triste, e até deprimir em função disso, porque seu corpo e sua vida são diferentes dos que aparecem nas fotos das redes sociais. Destaque a importância dos adolescentes estarem atentos ao tempo que passam nas redes sociais. Também destaque a importância deles se atentarem para sua saúde mental e se perceberem que algo "não está legal" busquem ajuda junto aos pais/ responsáveis, professores ou alguém da sua confiança.

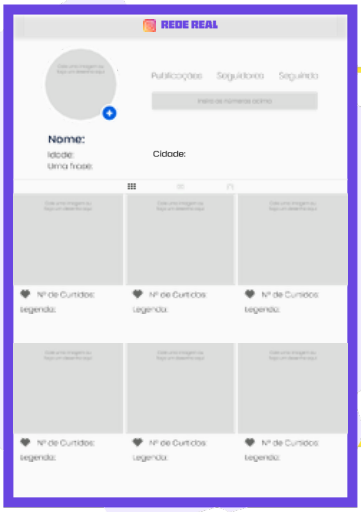
5. FECHAMENTO

TEMPO ESTIMADO: 5 MINUTOS

- Converse com os alunos sobre os pontos abaixo:
    - As redes sociais têm a possibilidade de produzir boas experiências (contato com os amigos, proximidade com pessoas que estão longe, etc.) mas também podem ser muito prejudiciais, principalmente para os adolescentes que estão na fase de constituição da identidade, podendo crescer com uma autoimagem baseada no padrão de beleza vigente, e do que é uma boa vida e de quem eles precisam ser para terem valor e serem aceitos.
    - **A vida de ninguém é perfeita como parece ser nas redes.** É importante lembrar disso sempre para não sentirmos mal ao comparar quem somos com quem as outras pessoas aparentam ser.
    - Muitos jovens relatam que o uso exacerbado de redes sociais, a exemplo do Instagram, faz com que se sintam pior em relação à própria autoimagem. Esse sentimento é mais potente nas garotas.
    - Enfatize a importância de se colocar limite no tempo de uso das redes sociais, bem como ter uma visão crítica dos padrões de beleza, de consumo e de estilo de vida, afinal eles são inalcançáveis para a maioria das pessoas e isso pode gerar mais ansiedade e frustração.

ANEXOS

Para fazer o download dessa metologia e dos materiais anexos dessa dinâmica, clique aqui.



2. Muitos jeitos de ser menino/homem e ser menina/mulher

INTRODUÇÃO[3]

O conceito de gênero diz respeito aos aprendizados e expectativas sobre o que é ser "homem" e ser "mulher" em uma determinada cultura e sociedade. Enquanto o "sexo" está relacionado a características biológicas e anatômicas associadas ao masculino ou feminino, o "gênero" tratadas características quesãoaprendidasem diferentesespaços:nafamília, na escola, no grupo de amigos,nas instituições religiosas, nos desportos, no ambiente de trabalho, nos meios de comunicação social, na política.

Portanto, gênero são os **aprendizados e as expectativas sociais** sobre o que é ser uma menina/mulher e um menino/homem.Ao longo da vida todos e todas nós vamos aprendendo e construindo cotidianamente o que é ser homem e ser mulher e é tão natural que nem nos damos conta que isso está acontecendo.

A construção dos gêneros – feminino e masculino – é comumente carregada de **estereótipos** (rótulos) que colocam homens e mulheres dentro de "caixinhas" estabelecendo aquilo que é adequado e o que é inadequado para cada um, limitando e restringindo, assim, a capacidade de aprendizado e crescimento.

Dessa feita, durante muito tempo se acreditou que existia um padrão, um único jeito de "ser homem" e de "ser mulher", e que esse padrão era definido prioritariamente pelas características biológicas deles. Assim, "ser mulher" ficou caracterizado como "sexo frágil", sendo elas encarregadas do cuidado com os filhos, o marido, a família e a casa. Já "ser homem" estava associado a ser viril, forte, não levar desaforo para casa, não chorar, ser valente, trabalhar pra manter a casa. Com os estudos sobre gênero foi se percebendo que não é bem assim, já que esse comportamento tem mais a ver com as expectativas que a sociedade tem em relação a homens e mulheres.

Esta oficina foca em discutir os muitos jeitos de ser homem e ser mulher, ou seja, **as múltiplas expressões de masculinidade e feminilidade**. Ela se divide em dois momentos principais. No primeiro momento, que é introdutório, os adolescentes serão levados a refletir sobre como os **padrões de gênero** influenciam a forma de mulheres e homens se expressarem. No segundo momento, **"Coisa de homem e coisa de mulher?"** as(os) adolescentes serão estimulados a identificar e diferenciar os comportamentos e características estimulados e proibidos ou desencorajados nos homens e mulheres

[3] Parte desta metodologia foi extraída e adaptada do Manual de Metodologias "Tamo Junto: Cultivando Saúde no Socioeducativo". Disponível em: https://bit.ly/3ciuSe6

OB JE TIVOS

- Introduzir uma reflexão sobre gênero – o conjunto de características, comportamentos e papéis associados historicamente aos sexos – e sobre o que significa ser mulher e ser homem;
- Proporcionar uma reflexão sobre as distintas expressões de masculinidade e feminilidade;
- Desnaturalizar os atributos culturalmente associados ao masculino e ao feminino ;

MATE RI AIS	TEMPO DE DURAÇÃO ES TIMA DO	QUESTÕES N OR TE ADO RA S
• Papel pardo, fita adesiva, caneta hidrográfica grossa; • Pedaços de papel com as características definidas no Anexo A im pressas/ escri tas. (O número de cópias vai dependerdonúmerode alunos. São14filipetasnototal, então por exemplo, se forem 28 alunos serão 28 filipetas).	50 minutos	•O que é ser homem? •O que é ser mulher? • Mulheres e homens são educados e socializados ig u al me nt e?

ROTEIRO

1. INTEGRAÇÃO – DINÂMICA DA ESTÁTUA

TEMPO ESTIMADO: DEZ MINUTOS

- Peça aos participantes que caminhem pela sala, em silêncio, percebendo o movimento do seu corpo enquanto caminham (pés, pernas, braços, mãos, tronco, pescoço e cabeça). Durante a caminhada, diga-lhes que caminhem “forte”, “suave”, “rápido”, “devagar”. **Peça que cada um olhe nos olhos dos outros, estabelecendo um vínculo**.

- Peça que formem duas filas – cada uma das filas deve ser formada por meninos e meninas, um de frente para o outro.

- Explique que serão ditas palavras e que cada um deverá fazer uma estátua que represente a palavramencionada: umafila deverá fazer umaestátua que represente como uma mulher expressaria a palavra, e a outra fila deverá fazer uma forma que represente como o homem a expressaria. Por exemplo, a palavra mencionada é força, então uma fila de estátuas deve ser como um homem expressa a força e a outra como as mulheres expressam a força.

- Estimule os participantes a construírem suas estátuas com base naquilo que eles **observam na sociedade** referente ao comportamento de homens e mulheres.

- Meninos e meninas poderão fazer representações de homens, de mulheres ou de ambos.

- A cada palavra mencionada, vide abaixo, peça que os participantes construam suas estátuas e observem as **semelhanças e diferenças** entre a estátua que fez e o da pessoa à sua frente.

    - Beleza
    - Força
    - Raiva
    - Sexualidade
    - Gentileza
    - Amor
    - Poder

- **Quando finalizar as palavras peça que o grupo partilhe sua experiência.** Converse a respeito do conteúdo trazido usando as questões abaixo para explorar melhor as semelhanças e diferenças entre as estátuas feminina e masculina e fazer o link com a vida dos participantes e seus relacionamentos.

Perguntas:

- Como foi tentar se expressar como homem? E como foi tentar se expressar como mulher?

- Qual foi a representação mais difícil?

- Quais semelhanças e diferenças notaram entre as “estátuas-mulheres” e as “est át uas-hom ens”?
- O que aprenderam durante esta atividade? Existe algo que poderia ser aplicado em nossas próprias vidas e relacionamentos?

2. APRESENTAÇÃO

TEMPO ESTIMADO: CINCO MINUTOS

Comece explicando que a maneira como garotas e garotos são criados **influencia a forma como nos expressamos**. Desde muito pequenas, somos ensinadas a como devemos nos comportar. Por exemplo, as garotas normalmente aprendem que podem chorar e ser gentis, enquanto os garotos aprendem que não devem chorar nunca e que devem ser sempre durões.

Continue explicando que as garotas também são ensinadas a sentar com pernas fechadas ou cruzando-as. É possível também que não se veja com bons olhos, garotas que fazem muitos ruídos ou que riem alto e, até mesmo, as que praticam esportes como futebol. **É importante que ambos, homens e mulheres, aprendamos a nos expressar de diversas formas.** Por exemplo, se as mulheres puderem mostrar força e os homens gentileza isso nos fortalecerá como indivíduos e nos ajudará a nos relacionar melhor.

Apresente a ideia de que ao longo de nossas vidas, mulheres e homens recebem mensagens da família, da mídia e da sociedade sobre como devem agir e devem se relacionar com os outros estabelecendo padrões e normas sobre ser homem e ser mulher. **Quando esse padrão é rompido, homens e mulheres são julgados e sofrem por isso.** Um exemplo bem conhecido: um adolescente mais sensível e delicado sofrerá bullying em função da sua expressão não estar dentro das expectativas daquiloque se esperade um homem de verdade, jáaadolescente que tiver vários relacionamentos, ou até mesmo “ficar” com vários meninos numa festa, será julgada e chamada de “galinha”, não sendo uma mulher confiável para se ter uma relação estável. Importante reforçar que apesar destes exemplos acontecerem na vida real, eles são equivocados,pois este tipo de julgamento ocorre em função das normas de gênero que precisam ser desconstruídas.

Mostre que é importante entender que, embora haja diferenças entre homens e mulheres, **muitas dessas diferenças são construídas pela sociedade e não são parte de nossa natureza ou de nossa constituição biológica.** Mesmo assim, essas diferenças podem ter um impacto fundamental sobre a vida diária e os relacionamentos de mulheres e homens. Por exemplo, normalmente se espera que o homem seja forte

e dominante ao se relacionar com os outros, inclusive com as(os) parceiras(os) íntimas(os). Ao mesmo tempo, espera-se que a mulher seja submissa à autoridade do homem.

- **Introduza a ideia de que muitos desses estereótipos rígidos de gênero têm consequências tanto para os homens como para as mulheres.**

Quando nos tornamos maisconscientesdecomoos estereótipos de gênero podem influenciar negativamente nossas vidas e nossa comunidade, podemos pensar de forma construtiva sobre como combatê-los.

IMPORTANTE: Chamamos de estereótipo a imagem preconcebida de determinada pessoa, coisa ou situação. São usados principalmente para definir e limitar pessoas ou grupo de pessoas na sociedade. Sua aceitação, muitas vezes, é ampla e culturalmente difundida, **originando situações de preconceito e discriminação**.

Já os **estereótipos de gênero** são definidos com o conjunto de crenças estruturadas acerca dos comportamentos e características particulares do homem e da mulher funcionando, frequentemente, **como uma norma social a se adotar**.

3. DINÂMICA EDUCATIVA – "COISA DE MULHER" E "COISA DE HOMEM"

TEMPO: 10 MINUTOS

- Desenhe duas colunas em um papel pardo. Na primeira coluna escreva "**coisa de mulher**". Na segunda coluna escreva "**coisa de homem**".
    - Nesta etapa os alunos não serão distribuídos em grupos.
- **Distribua 1 filipeta para cada participante** com as características definidas no ANEXO A.
- **Peça a cada participante que se levante da cadeira e cole a filipeta na coluna que tenha relação comacaracterística recebida** (ex.Impõesuavontade à força é coisade (ex. Impõe sua vontade à força é coisa de homem ou de mulher? Se o participante considerar que a característica é masculina deve colá-la na coluna "coisa de homem"). Repita esta dinâmica até que todos tenham fixado sua filipeta na coluna.
- Explique que **cada característica deve ser associada a uma única coluna.**
- Ao final da colagem de todas as filipetas, **leia em voz alta as características atribuídas nas duas colunas**. Provavelmente conterá catorze papéis contendo características estereotipadas de cada gênero (no Anexo B, a coluna da esquerda referente ao

masculino e a da direita ao feminino).

- Pergunte ao grupo se gostariam de acrescentar alguma outra característica às colunas.
- **Troque os títulos de cada coluna** substituindo “coisa de mulher” por “coisa de homem”, na primeira coluna, e vice-versa em relação à segunda coluna. **Pergunte aos participantes se as características listadas para as mulheres também poderiam ser atribuídas aos homens e vice-versa.**

4. DISCUSSÃO

TEMPOESTIMADO: 20 MINUTOS

- Agora, **peça para que os adolescentes observem o que eles definiram como homem e mulher** , relendo juntos todas as características atribuídas.
- Comece uma discussão a partir da questão abaixo:
    - Porque vocês disseram que as mulheres são assim (I iste algumas características da coluna “coisa de mulher”)?
- Aprofunde uma conversa sobre cada característica da coluna “ **COISAS DE MULHER**”. Abaixo, algumas perguntas sugeridas para isso:
    - **Fica em casa e cuida dos filhos:** em um casal, a mulher tem que ficar responsável pela casa enquanto o homem trabalha? Ela não é capaz de trabalhar, se sustentar, e com isso ter autonomia pra decidir como quer viver? Se a mulher fica em casa enquanto o homem trabalha, ela passa a dependerdelefinanceiramente. Issopode gerar problemasnofuturo? Ese osdoistrabalham,ainda assim a mulher tem que ficar responsável pelas tarefas domésticas?
    - **Gosta de homens:**todamulhergostadehomens?Uma mulher que sente atração por outras mulheres é menos mulher por isso?
    - **Quer casar, ter filhos e ser sustentada:** A mulher tem que querer casar e terumafamília? Ela não pode querer continuar solteira e dedicar sua vida a outras coisas?
    - **Aceita as decisões do outro no namoro:** o homem é quem manda dentro do relacionamentocomanamorada?Elepode definir o que elaveste, praonde ela vai, com quem se relaciona? Quando a mulher está namorando, ela tem que “obedecer” ao namorado? Por que o homem sente que tem o direito de

controlar a mulher dentro de um relacionamento? É possível pensar em um namoroondeos dois temespaço paraseexpressar,sãorespeitadosnos seus sentimentos e as decisões são tomadas conversando?

- **Tem que se cuidar e estar sempre bonita**: a mulher tem que estar sempre preocupada com a sua aparência e em parecer atraente para outras pessoas? Por que somos ensinadas que é tão importante a mulher ser atraente?

- **Se submete à vontade do outro:** as mulheres são em geral ensinadas a abrir mão dos seus desejos e pontos de vista para evitar conflitos. A mulher não pode ser forte, assertiva, se defender e colocar limites?

- Emotiva demais: As mulheres são emotivas e sensíveis demais? É um problema sentir e se emocionar?

- Agora que todas as características da mulher foram exploradas, repita a dinâmica sobre os homens a partir da questão abaixo:
- Porque vocês disseram que os homens são assim (liste algumas características dodesenho masculino)?
- Aprofunde uma conversa sobre cada característica da coluna “COISAS DE HOMEM”. Abaixo, algumas perguntas sugeridas para isso:

  - **Sustenta a família:** em um casal, o homem tem que ganhar mais dinheiro que a mulher? Ele precisa sustentar a família sozinho? Quando um homem está desempregado, ele é menos homem por isso?
  - **Gosta de mulheres:** todo homem gosta de mulheres? Um homem que sente atração por outros homensémenoshomemporisso?
  - **Só quer saber de sexo**: os homens tem que querer sexo a todo momento? Se um homem não está afim, ele pode negar? Os homens só querem sexo ou eles tambémquerem sesentir amados, cuidados,respeitados?Umhomem pode ter o sonho de casar e ter uma família?
  - **Decide as coisas no namoro:** o homem é que manda dentro dorelacionamento com a namorada? Ele pode definir o que ela veste, pra onde ela vai, com quem se relaciona?
  - **Não se cuida:** Um homem que cuida do seu corpo é “bicha”? Vocês sabiam que os homens vão muito menos ao médico e ao psicólogo do que as mulheres e isso acaba fazendo com que adoeçam gravemente mais e morraram mais cedo?

- **Impõe sua vontade à força**: nos conflitos, o homem tem sempre que impor sua vontade à força ou ele também pode conversar, entender o outro, ceder?
- **Não demonstra suas emoções; Quando está triste não fala para ninguém:** o homem não pode expressar amor e carinho pelas pessoas de quem ele gosta? Quando está triste ou se sentindo perdido, ele não pode chorar, pedir ajuda, conversar com alguém?

5. FECHAMENTO

TEMPOESTIMADO:5 MINUTOS

Comece explicando que existem muitos jeitos de ser homem e de ser mulher. O que acontece é que **a sociedade estabelece normas de gênero**, ou seja aquilo que se espera que seja "coisa de mulher" e "coisa de homem". Como estas normas são reproduzidas pela família, escola, mídia, instituições etc, meninos e meninas vão ao longo da vida aprendendo a se comportar e a agir dentro daquilo que a sociedade espera.

Continue explicando que **todos e todas nós vamos aprendendo e construindo cotidianamente o que é ser homem e ser mulher** e, parece ser tão natural, que nem nos damos conta que isso está acontecendo. Demodo geral, os meninos são estimulados a brincar com carrinhos, jogar futebol, ficar na rua até tarde e quando crescer deverão gostar afetiva e sexualmente de mulheres. Já as meninas são estimuladas a brincar de bonecas, cuidar dos irmãos mais novos e ficar em casa para "se dar o respeito". Quando crescem espera-se de uma mulher que ela saiba cuidar de casa, da família quepossa arranjar umbommaridoeter filhos.Emcontrapartida o papel do homem é proveresupriras necessidades básicas da família. Quando tais papéis são postos a prova e os modelos são desconstruídos acarretam culpas e depreciações. Por isso, dizemos que o jeito de ser homem e de ser mulher é uma construção histórica, social e cultural.

- **Faça uma conexão com a dinâmica educativa:** pontue que os estereótipos, essas características distribuídas nas duas colunas, não tem nada de naturais. Não há nada em uma mulher que a faça menos capaz, mais emotiva, ou dependente dos homens. O que acontece é que ao longo do tempo, as mulheres vão aprendendo a se comportar de certas maneiras. Essa educação, que chamamos de socialização feminina, acontece tanto por meio de elogios a certas qualidades e não a outras(ex.:elogiar sempre a aparência e não a coragem ou a inteligência de uma menina), quanto por repreensões a determinadas atitudes (ex.: repreender a mulher que usa roupa curta, a que fala

palavrão, a que não se arruma, etc.) ou por estímulos a determinados gostos (ex.: estimularas meninas a brincaremde casinha e cozinhadesde a infância, asonharem com contos de fadas e histórias com príncipes encantados que salvam a princesa).

- Pontue que por comportamentos irresponsável de vezes, os adolescentes do arriscados (brigas, uso de carros, envolvimento com sexo masculino se engajam em álcool e outras drogas, direção tráfico etc.) **porque se sentem pressionados provar sua masculinidade aos seus pares.**
- Destaque que a **rivalidade feminina**, um comportamento comum entre as mulheres, é estimulado desde a socialização primária, ou seja desde a primeira infância - por exemplo, asmeninascompetemquemtemovestidomaisbonito,queméamais bonita etc. **É importante reconhecer essa prática e rompê-la.**

IMPORTANTE: A **cultura da rivalidade feminina** é aquela que ensina as mulheres a se encararem como **rivais/competidoras** e não como aliadas/parceiras. Ela está presente em muitas relações entre meninas e mulheres, que se veem frequentemente desconfiando, criticando, competindo ou sabotando umas às outras sem mesmo entender bem porquê.

A cultura da rivalidade feminina – que também é **fruto do machismo** – faz as mulheres se olharem com inveja, medo e ódio, se julgando e se punindo duramente.

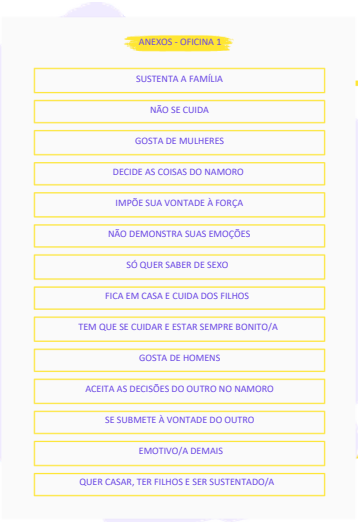
As mulheres não são mais falsas, invejosas, competitivas, fofoqueiras, críticas ou inseguras do que os homens por natureza. Frequentemente se veem dessa forma (e têm comportamentos nessa linha) porque isso foi ensinado desde a infância.

- Encerre a atividade trazendo a ideia de que cada vez mais, **mulheres estão se posicionando de forma contrária a esses estereótipos e provando que essas imagens que desqualificam as mulheres são falsas.** A ideia não é inverter esses estereótipos, para que as mulheres passem a ter mais poder do que os homens, mas desconstruir esses preconceitos que aprisionam as mulheres em um estereótipo. A resposta à pergunta “o que é ser mulher?” pode ser encontrada por cada uma, com liberdade, autonomia e autenticidade.

- Em relação aos homens conclua informando que **hoje, cada vez mais, existem homens que estão se posicionando de forma contrária a esses estereótipos** e provando que seguem sendo homens sem precisar ter comportamentos prejudiciais a si mesmos e aos outros.

AN EXOS

Para fazer o download dessa metologia e dos materiais anexos dessa dinâmica, clique aqui.



3. Violência contra meninas e mulheres

INTRODUÇÃO[4]

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) 5, a palavra violência é definida como: O uso intencional da força física ou do poder, real ou em ameaça, contrasi próprio, contra outra pessoa, ou contra um grupo ou uma comunidade, que resulte ou tenha grande possibilidade de resultar em lesão, morte, dano psicológico, deficiência de desenvolvimento ou privação.

A violência pode ser considerada como um problema de saúde pública 6 não apenas pelos elevados índices de mortalidade, mas também pelos diversos danos e prejuízos que pode gerar no bem-estar e na qualidade de vida das pessoas. Quando a violência envolve adolescentes, as suas consequências podem ser ainda mais graves, principalmente pelos danos causadosnodesenvolvimentofísico,mental e emocionaldestessujeitos,ondemuitas vezes são irreparáveis.

Um tipo de violência comum é a violência contra mulheres e meninas. O Fórum Brasileiro de Segurança Pública estima que em 2020 **pelo menos 17 milhões de mulheres e meninas brasileiras sofreram algum tipo de violência.** A violência sofrida pode ter sido de natureza psicológica, sexual, física, emocional; e ter se manifestado através de situações de abuso, assédio, sexo sem consentimento – estupro, perseguição, xingamento, ameaças, brigas etc.

Outra situação comum são os relacionamentos íntimos violentos, como o namoro, onde meninas adolescentes vivenciam o ciclo a violência e por vezes não conseguem romper com omesmo enem pedir ajuda porsentiremmedo.A mesma pesquisa indica que27% das mulheres entre 15 e 49 anos experimentam algum tipo de violência física ou sexual provocada por parceiro ou ex-parceiro íntimo.

A proposta desta Oficina é **discutir os diferentes tipos de violência nos relacionamentos íntimos**, inclusive com a discussão sobre prazer e consentimento, bem como a identificação de sinais de violência e a oferta de canais de denúncia e redes de apoio.

[4] Esta metodologia foi extraída e adaptada do Manual de Metodologias “Tamo Junto: Cultivando Saúde no Socioeducativo”.Disponívelem: https://bit.ly/3ciuSe6

[5] World Health Organization. Global consultation on violence and health.Violence: a public health priority. Geneva:WHO; 1996 (document WHO/EHA/ SPI.POA.2)

[6] Organização Mundial de la Salud (OMS). La Violencia, um problema ubicuo. Informe Mundial sobre la violencia y la salud: resumen. Washington: Organização Panamericana de la Salud, 2002

OB JE TIVOS

- Refletir sobre os diferentes tipos de violência nos relacionamentos íntimos;
- Informar sobre os ciclos típicos da violência nos relacionamentos e sobre a rede de apoio disponível nesses casos;
- Discutir sobre prazer e consentimento nas relações íntimas;
- Desenvolver a capacidade de identificação da violência em seus estágios iniciais de modo a favorecer que se retirem de relações violentas cedo no seu curso.

MATERIAIS	TEMPO DE DURAÇÃO ESTIMA DO	QUESTÕES NORTEADORAS
• 1 cópia do texto da história de Joana e Marcelo (disponível nos anexos);	50 minutos	•Como a violência ocorre nos relacionamentos íntimos? • Quais os tipos de violência podemocorrer nos relacionamentos íntimos? • Qual o ciclo na violência doméstica? • Qual a importância do consentimento nos relacionamentos íntimos?

ROTEIRO

1. INTEGRAÇÃO – DISCUSSÃO REL MPAGO

TEMPO ESTIMADO: 5 MINUTOS

- Comece explicando que hoje vamos falar sobre **violência nos relacionamentos íntimos**, como o namoro por exemplo.
- Comece com algumas **perguntas em aberto**, para começar a discussão.

- No **relacionamento íntimo** é normal:
  - Ciúme?
  - Ofender?
  - Gritar?
  - Controlar o que o outro veste?
  - Controlar com quem o outro faz amizade?
  - Bater?

- Vocês já ouviram o ditado "**em briga de marido e mulher ninguém mete a colher**".? O que ele significa? Concordam com ele?

- Explique que hoje vamos questionar esse ditado e descobrir por que, em muitos casos, as brigas nos relacionamentos íntimos precisam sim de intervenção.

2. DINÂMICA EDUCATIVA – RODA DE CONVERSA

TEMPO ESTIMADO: 20 MINUTOS

Apropostadesta atividade éabrirumaroda**deconversa**comos adolescentes **sobre a história de um casal de namorados**, Joana e Marcelo, **em que acontecem situações de violência** .Essa história estáestruturadaem6partes,onde você deve ler uma a uma. Ao final de cada parte consta uma pergunta que você deve fazer para mobilizar uma conversa com os alunos a partir de cada momento da história.

- Comece explicando aos adolescentes que será feita uma roda de conversa sobre a história de um casal de namorados: Joana e Marcelo. Diga que a história está dividida em 6 partes, Explique que, agora, você vai ler uma parte de cada vez e, ao final de cada parte, o grupo poderá **discutir/conversar o que está acontecendo com base nas perguntas em negrito**.

- Inicie lendo a parte 1 da história (vide abaixo). Em seguida leia a pergunta que está em negrito e promova uma conversa com os alunos estimulando a participação de todos.

  Destaque que a ideia aqui é que as opiniões emitidas devam expressar os pontos de vista dos homens e das mulheres da sala. Repita esta dinâmica para as partes 2, 3, 4, 5 e 6.

- Ao final dessa etapa de roda de conversa, vocês podem seguir para a discussão.

PARTE 1

Joana tem 16 anos e trabalha como ambulante no centro da cidade. Namora o Marcelo há mais de um ano e eles têm um filho de 3 meses de idade.

Uma noite, Joana estava assistindo televisão na sala de sua casa quando Marcelo entrou. Joana o cumprimentou, mas ele a ignorou. Marcelo parecia incomodado. De repente, ele começou a acusá-la de estar de caso com um ambulante que também trabalha no centro. Estava gritandoemuito descontrolado.

Eles começaram a brigar, e Joana disse não aguentar mais o ciúme exagerado de Marcelo. Ela disse que seria melhor eles se separarem. Ele a empurrou, deu um soco nela e foi embora.

PERGUNTA: NA OPINIÃO DE VOCÊS, JOANA ESTAVA CERTA DE TERMINAR COM O NAMORADO POR CONTA DAS SUAS CRISES DE CIÚME E DO SEU DESCONTROLE?

PARTE 2

No dia seguinte, Joana foi trabalhar.

Lá pelas tantas, Marcelo apareceu com um buquê de rosas vermelhas. Pediu mil desculpas, implorou pra que ela o perdoasse e prometeu nunca mais se descontrolar nem encostar um dedo nela.

Marcelo prometeu, também, procurar um trabalho em que ganhasse melhor para eles poderem alugar uma casa e viverem juntos com o filho.

O sonho de Joana sempre foi ter uma família. Ela ficou emocionada com o gesto e com as palavras e aceitou voltar a namorar com ele.

PERGUNTA: POR QUE VOCÊS ACHAM QUE JOANA ACEITOU VOLTAR A NAMORAR O MARCELO MESMO DEPOIS DA VIOLÊNCIA?

PARTE 3

Os próximos três dias foram bons. Marcelo estava muito carinhoso com Joana e até começou a procurar aluguéis onde poderiam morar com o fi lh o.

Um dia, foram sair juntos para dançar. Quando Joana se arrumou, Marcelo ficou irritado e perguntou indignado se Joana ia sair com um vestido tão curto. E ainda de batom vermelho! Disse que ela estava parecendo uma vagabunda.

Ela não queria trocar de roupa, mas não queria estragar a noite deixando Marcelo com raiva. Então vestiu outra roupa e tirou o batom.

PERGUNTA: NA OPINIÃO DE VOCÊS, MARCELO ESTAVA CERTO DE RECLAMAR DA ROUPA DE JOANA? E JOANA, ESTAVA CERTA DE TROCAR DE ROUPA?

PARTE 4

Um certo dia Marcelo chegou em casa com chocolates e uma roupa íntima de presente para Joana. Pediu que ela o vestisse e fossem para o q ua rt o.

Joana estava muito cansada porque tinha cuidado do filho durante o dia e estava desanimada, mas com medo da reação de Marcelo colocou a roupa e foi para o quarto.

Marcelo tentou manter relação sexual com Joana, mas ela disse não. Argumentou que estava cansada e sem ânimo. Marcelo irritado disse que ele fazia tudo pela relação, até um presente tinha comprado, e portanto iriam fazer sexo mesmo assim. Apesar de Joana ter dito não, ele insistiu e ela cedeu por medo.

PERGUNTA: NA OPINIÃO DE VOCÊS, JOANA ESTAVA CERTA EM DIZER NÃO AO NAM OR AD O?

PARTE 5

No dia seguinte, Joana estava em casa quando Marcelo entrou gritando. Dizia que não tinha certeza de que o filho dos dois era dele mesmo e que não iria mais se casar com ela porque ela não passava de uma vagabunda.

Joana tentou acalmá-lo e conversar com ele, mas ele começou a espancá-la.

A mãe de Joana e a vizinha correram para segurar Marcelo que foi embora dizendo que nunca mais queria saber da Joana.

A mãe e a vizinha tentaram levar Joana a um hospital e à Delegacia da Mulher, mas ela não quis ir de jeito nenhum porque não queria complicar a vida de Marcelo.

PERGUNTA: POR QUE JOANA FICOU MAIS PREOCUPADA EM NÃO GERAR PROBLEMA PRO MARCELO DO QUE COM A SUA PRÓPRIA SAÚDE?

PARTE 6

Uma semana depois, Marcelo esperou Joana perto da casa dela e implorou por perdão. Disse que sentia muito, que ele a amava muito, mas ela o deixava louco. Disse que nunca mais ia agredi-la.

PERGUNTA: COMO VOCÊS ACHAM QUE JOANA RESPONDEU?

3. DISCUSSÃO

TEMPO ESTIMADO: 20 MINUTOS

Converse com os alunos sobre os pontos abaixo:

1. Tipos de violência tipificados na Lei Maria da Penha.

- O que é violência? Que tipos de violência existem?
- Na Lei Maria da Penha, que protege as mulheres da violência doméstica, falamos em 5 tipos de violência.

- **Violência física** – ex.: bater; empurrar; estrangular, sacudir, etc. (Enfatize que não é só o espancamento, qualquer uso de força física que agrida é considerado violência física);
- **Violência psicológica**– ex.:ameaças, xingamentos, ofensas, manipulação, isolamento, ridicularização, chantagem, etc;
- **Violência sexual** – ex.: estupro, limitar as escolhas reprodutivas da mulher (usar métodos contraceptivos, não abortar, etc.), forçar matrimônio, gravidez ou prostituição, etc;
- **Violência patrimonial** – controlar o dinheiro, não pagar pensão alimentícia, destruição de documentos pessoais, furto, causar dano proposital a bens pessoais, etc;
- **Violência moral** – acusar de infidelidade, xingamentos, desvalorização pelo modo de vestir, críticas mentirosas, etc;

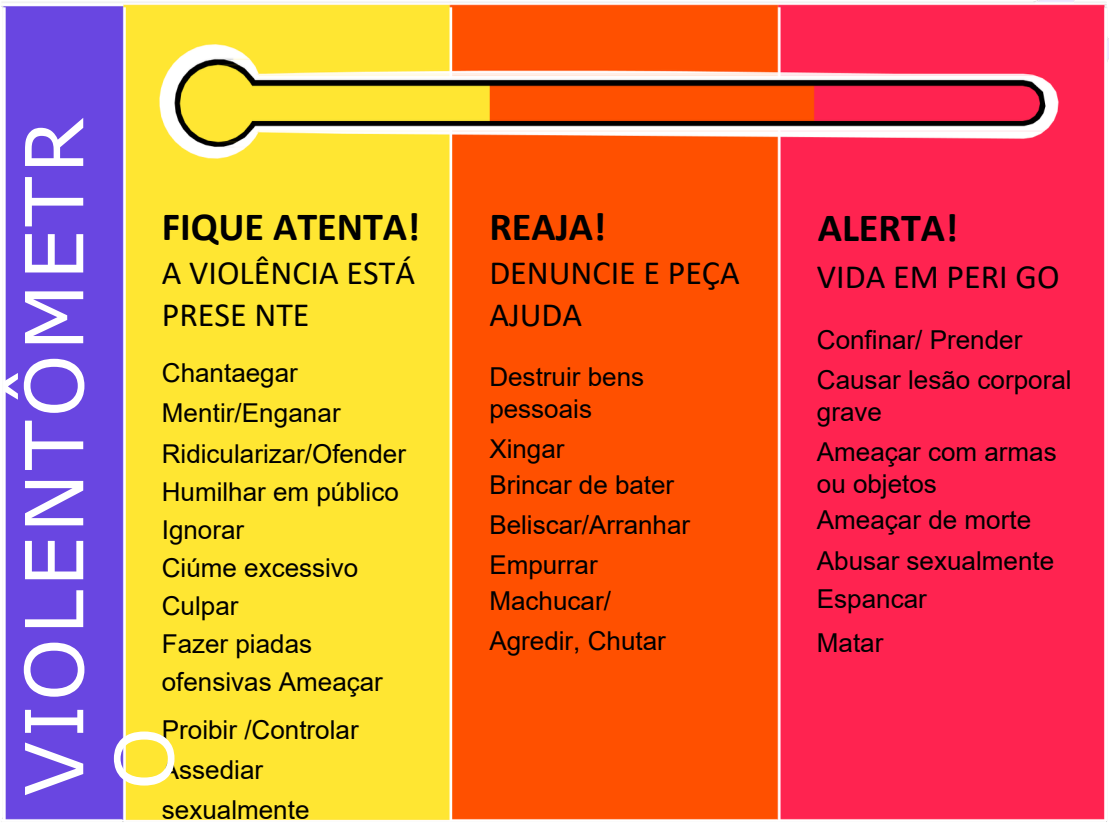
Na história, Joana sofreu principalmente violência física e moral, e tambémsexual.

2. Violentômetro

- O violentômetro é um instrumento para auxiliar especialmente as mulheres no **reconhecimento dos riscos**. Pode ser fundamental para enxergá-los e para impedir que um ciclo de violência seja instalado.
- O comportamento violento não segue uma lógica e pode sair do baixo para o alto risco em um intervalo muito curto de tempo. Mesmo sem histórico de violência na relação afetiva, a mulher pode ser vítima de feminicídio7.

[7] O feminicídio é o assassinato de uma mulher por razões da condição de feminino. Em outras palavras, conforme a Lei nº 13.104, de 09/03/2015, o feminicídio se caracteriza na violência doméstica e familiar e no menosprezo oudiscriminação àcondição de mulher.Aleide 2015,não sódefiniuo crime,comotambém o incluiuno rolde crimes hediondos.

- Apresente o vi olen tômetro abaixo.



3. Prazer e consentimento na relação íntima

- Na parte 4, onde Joana cede às insistências de Marcelo para fazerem sexo, fica claro que o sexo não foi consentido por ela e portanto, configura-se como estupro.

- Destaque os pontos abaixo:

  - Esclareça que o **consentimento**, deve ser dado antes, durante e depois, pois as partes envolvidas têm que estar em comum acordo;
  - Relação sexual precisa ser uma troca **recíproca**, onde duas pessoas estão participando ativamente da relação;
  - Se um está demonstrando ou expressando desconforto, com qualquer práticadentrodarelaçãosexualeo outro não leva em consideração e continua, isso se trata de **abuso**;
  - **Sexo não envolve violência e não consentimento**, se está sentindo dor, se pediu para a pessoa parar e continuou, se está contendo

Fonte: Você não está sozinha: guia para entender a violência de gênero / Sesc, Departamento Nacional, Fundação de População das Nações Unidas. – Rio de Janeiro: Sesc, Departamento Nacional, 2021.

fisicamente ou forçando de qualquer forma isso se trata de estupro mesmo sendo em um relacionamento amoroso;

- **Não existe consentimento presumido,** como as relações sexuais precisam sempre envolver uma troca recíproca, a pessoa pode querer parar a qualquer momento, a pessoapode estar disposta no início e a qualquer momento da relação desejar parar e a outra pessoa PRECISA respeitar o desejo da outra;

- **Sexo não é prova deamor, nem qualquer prática sexual dentro do sexo.** A pessoa não precisa nem deve aceitar qualquer manipulação nesse sentido, pode sim amar alguém e não se sentir segura para fazer sexocom essa pessoa, ou não desejar fazer algo (essetipode manipulação ocorre muito com relação ao sexo anal). O sexo não é sobre amar outra pessoa ou não, o corpo É DA PESSOA, e ela precisa estar se sentindo totalmente segura e confortável, precisasentir desejo. Não precisa praticar ato sexual para agradar outra pessoa, amor não é sobre isso, amor é sobre respeitar o tempo e desejos da parceira, se preocupar com o seu bem estar.
- Só é uma relação sexual se a outra pessoa está consciente e participante, se a outra pessoa está dormindo, ou alcoolizada, não está noseu estado normal de consciênciaepor qualquermotivo, isso se trata de **ESTUPRO**. Importante lembrar que, embora o abuso com meninas seja mais comum, também ocorre com meninos – nestes casos, o assunto é ainda menos discutido.
- **É importante que as pessoas saibam que abuso sexual é CRIME**, existem leis que resguardam as mulheres e é direito delas denunciar e receber o auxílio necessário.

4.Ciclo da violência doméstica

Porque Joana perdoa Marcelo mesmo com tantas repetições das mesmas situações de violência?

Joana deve acreditar em Marcelo quando ele diz que vai mudar, mesmo depois de tantas repetições?

Nem todo namoro violento tem violência física, mas muitos costumam ter a violência psicológica/moral precedendo um ato de violência física.

A violência no namoro/ casamento costuma seguir o mesmo padrão:

1. **Fase do encantamento/lua de mel.** É marcada por promessas, carinho, elogios, afeto.
2. **Fase do acúmulo de tensão.** O relacionamento vai ficando tenso e começam a surgir ameaças, isolamento dos amigos e da família, medo, controle.

Nessa etapa, a vítima costuma sentir tristeza, angústia, ansiedade, medo e desilusão.

3. **Fase da explosão.** Acontece o ápice da violência, com violência física e de outros tipos. Nessa etapa, a vítima costuma sentir medo, ódio, solidão, pena de si mesma, vergonha, confusão e dor. Também é comum experienciar insônia, perda de peso, fadiga constante e ansiedade.

4. **Fase do perdão.** O agressor pede desculpas, demonstra remorso, promete que vai mudar. Nessa etapa, a vítima pode sentir medo, confusão e culpa. Se a vítima perdoa, o ciclo recomeça e há um retorno à fase de lua de mel. Logo, recomeça a tensão, e assimpor diante.

Na história de Joana e Marcelo, começamos vendo a explosão e a violência, na Parte 1. Na Parte 2, vemos o perdão. Na parte 3, a lua de mel e o acúmulo de tensão. Nas Partes 4 e 5, outra explosão. Na Parte 6, dependendo do final que as adolescentes tenham escolhido dar, vemos o perdão ou o fim do ciclo da violência.

É muito importante enfatizar que violências "menores" como insultos, acusações, controle das roupas e da aparência, isolamento dos amigos e da família, não são normais e não devem ser toleradas, porque geram grandes prejuízos para a vítima e já são violências tipificadas na lei. Também são sinais de que aquele relacionamento pode evoluir para agressões físicas.

4. FECHAMENTO

TEMPO ESTIMADO: 5 MINUTOS

Retome com os alunos os seguintes aspectos:

- **Nenhum relacionamento amoroso faz a mulher sentir medo, ansiedade, culpa, raiva, solidão, tristeza, etc.** Os relacionamentos onde isso acontece e onde se observa os comportamentos abordados na oficina não devem ser chamados de amorosos, já que geram mais danos psicológicos e físicos à mulher do que qualquer outra

coisa. Ninguém é violento por amor, apesar de esse engano ser difundido no senso comum. Também não são características“naturais”doshomensseremciumentos, possessivos, controladores, agressivos, etc. – alguns desses comportamentos são inclusive puníveis por lei.

Na oficina “**Muitos jeitos de ser homem e ser mulher**”, discutiu-se sobre como as mulheres são ensinadas desde pequenas que precisam de namorados/maridos para serem completas e felizes. Isso é ensinado pelos contos de fadas, pelos filmes de princesa, pelas brincadeiras de casinha, pelas novelas... Muito mais do que os homens, as mulheres são em geral ensinadas que sua felicidade vem do relacionamento amoroso e da família, e que esses devem ser os centros de suas vidas. Pode ter relação com esse processo o fato de tantas mulheres ficarem presas em situações de violência no namoro/casamento.

As mulheres não ficam nos relacionamentos violentos porque “gostam de apanhar”, ou qualquer outra ideia enganosa que se dissemina no senso comum. Elas ficam nos relacionamentos violentos porque é difícil sair desse ciclo da violência. Existe muita manipulação no meio de tudo isso, muitas vezes situações de dependência financeira ou emocional, temor de ameaças, etc.

Mas é possível sair. Informe as adolescentes sobre o que elas podem fazer se um dia se encontrarem em namoros/casamentos com violência (ou qualquer outra relação doméstica com violência) e estiverem com dificuldades de sair:

- **Central de Atendimento à Mulher** (disque 180). Esse canal 24 horas oferece informações e caminhos para cadasituação;
- **Delegacia Especial de Atendimento à Mulher** (ou qualquer delegacia). Lá, você pode denunciar a agressão e receber vários tipos de medidas protetivas que podem, entreoutras coisas, proibiroagressordechegarpertodevocê e de pessoas próximas de você; abrigamento, etc;
- **Conselho tutelar e CREAS.** Lidam com situações de violência (o primeiro especificamente atende crianças e adolescentes);
- **CasadaMulher Brasileira.** Integra vários serviços às mulheres vítimas de violência.

AN EXOS

Para fazer o download dessa metologia edosmateriais anexos dessa dinâmica, clique aqui.



ANEXOS - OFICINA 3

PARTE 1

Joana tem 16 anos e trabalha como ambulante no centro da cdiade.
Namora o Marcelo há mais de um ano e eles têm um filho de 3 meses de idade.

Uma noite, Joana estava assistindo teelvisão na sala de sua casa quando Marcelo entrou. Joana o cumprimentou, mas ele a ignorou. Marcel parecia incomodado. De repente, ele começou a acusá-la de estar de caso com um ambulante que também trabalha no centro. Esatva gritando e muito descontrolado.

Eles começaram a brigar, e Joana disse não aguentar mais o ciúme exagerado de Marcelo. Ela disse que seria melhor eles se separarem. Esl a empurrou, deu um soco nela e foi embora.

PERGUNTA: NA OPINIÃO DE VOCÊS, JOANA ESTAVA CERTA DE TERMINAR COM O NAMORADO POR CONTA DAS SUAS CRSES DE CIÚME E DO SEU DESCONTROLE?

PARTE 2

No dia seguinte, Joana foi trabalhar.

Lá pelas tantas, Marcelo apareceu com um buquê de rosas vermelhas. Pediu mil desculpas, implorou pra que ela o perdoasse e prometeu nunca mais se descontrolar nem encostar um dedo nela.

Marcelo prometeu, também, procurar um trabalho em que ganhasse melhor para eles poderem alugar uma casa e viverem juntos com o filho.

O sonho de Joana sempre foi ter uma família. Ela ficou emocionada com o gesto e com as palavras e aceitou voltar a namorar com esl.

PERGUNTA: POR QUE VOCÊS ACHAM QUE JOANA ACEITOU VOLTAR A NAMORAR O MARCELO MESMO DEPOIS DA VOLÊNCIA?

4. Diversidade sexual: a delícia de ser quem somos

INTRODUÇÃO

A sociedade é formada porseres pluraise diversos com múltiplas maneiras de ser, sentir, raciocinar, agir e perceber a vida. Essa diversidade se reflete na forma como nosrelacionamos afetivamentee/ou sexualmentecom outras pessoas e na formade expressarmos as nossas identidades de gênero. Isso quer dizer, que não existe um modo único de relação que imaginariamente seja a "certa", a "normal", mas sim um conjunto infinito de possibilidades.

Infelizmente, ainda hoje a população LGBTQIA+9, ou seja aquelas que fogem à norma, sofrempreconceito e discriminação em função da sua orientação sexual e da sua identidade de gênero.

- O Brasil é **um dos países com mais registros de violência contra pessoas LGBTQIA+**com a menor expectativa de vida para a população trans: 35 anos;
- Em 2022, foram **registrados 273 homicídios – 1 morte a cada 32 horas.** O número pode seraindamaior,devidoàsubnotificaçãodecasos.Até o momento, em 2023 (de janeiro a abril), o país já contabiliza 80 mortes;
- Dessas vítimas, **91 eram pretas e pardas**, e 91 tinham entre 20 e 29 anos.
- Segundo a Pesquisa Nacional sobre o **Ambiente Educacional no Brasil de 2016 apontou que 73% das e dos estudantes LGBTQIA+ já relataram terem sido agredidos verbalmente e outros36%fisicamente.** Aintolerânciasobre a sexualidade levou **58,9% das/os alunas/os que sofrem agressão verbal constantemente** a faltar às aulas pelo menos uma vez ao mês;
- A Pesquisa Nacional por Amostragem da População LBGTQIA+, por sua vez, traz que **67,28% das pessoas entrevistas escondeu ou disfarçou sua orientação sexual durante o ensino médio**, com receio da violência e de não serem aceitas pelo grupo escolar;

[9] A sigla LGBTQIA+ representa a união de minorias sociais discriminadas por questões de gênero e sexualidade. Ao utilizar o acrônimo, você eleva a voz do movimento e se mostra um aliado. L: Lésbica; G: Gay; B: Bissexual; T:Travesti, Transexuale Trangênero;Q:Queer;I:Intersexual;A:Assexuale+:outrasorientaçõessexuais, identidades e expressões de gênero.

E, acordo com o The Trevor Project, organização que visa combater o suicídio entre a populaçãoLBGTQIA+,**40% das(os)jovens afirmaramque aexistência de uma pessoa adulta próxima que acolhesse e a(o) aceitasse diminuiria em 40% a chance de uma tentativa de suicídio.**

A Oficina procura desconstruir mitos em torno do tema da diversidade sexual e **refletir sobre a importância de reconhecermos e combatermos o preconceito e a discriminação contra a população LGBTQIA+**, inclusive pensando em alternativas de enfrentamento desta situação.

OB JE TIVOS

- Identificar a diversidade na vivência das relações sociais e sexuais;
- Debater mitos associados à questão da orientação sexual de modo a problematizá-los;
- Promover reflexão sobre o preconceito e a discriminação sofrida pela população L GB TQ IA +.

MATE RI AIS	TEMPO DE DURAÇÃO ES TIMA DO	QUESTÕES N OR TE ADO RA S
• Papel sulfite ou cartolina, canetas de ponta grossa; • Uma folha com a palavra "Concordo", uma folha com a palavra "Discordo" e uma folha com as palavras "Tenho Dúvidas"; • Pedaços de papelcom os rótulos escritos (Anexo B) e impressão das afirmações (Anexo A).	50 minutos	•O que é diversidade sexual? • Porque a discriminação e o preconceito contra a população LGBTQIA+ aindapersiste na sociedade?

ROTEIRO

1. INTEGRAÇÃO – JOGO DO “CONCORDO”, “DISCORDO” E “TENHO DÚVIDAS” TEMPO ESTIMADO: DEZ MINUTOS

Pegue três folhas de papel sulfite ou cartolina. Na primeira folha, escreva a palavra “**CONCORDO**”; na segunda, “**DISCORDO**”; e na terceira, a expressão “**TENHO DÚ VI DAS** ”.

Afixe as três folhas nas paredes, uma bem separada das outras.

Explique aos adolescentes que farão um jogo divertido onde o que conta é a **honestidade e agilidade nas respostas**.
Peça que os participantes se levantem e diga-lhes que você lerá uma afirmação relacionada à questão da **diversidade sexual**.

Explique que **depois de ler a afirmação** (vide Anexo A), **eles deverão se dirigir a um**
dos lugares da sala em que estão afixados os cartazes, ou seja, quem concordar deve se locomover atéo cartaz escrito CONCORDO e assim por diante. Quando todos estiverem posicionados junto ao cartaz ao qual se dirigiram, peça-lhes que justifiquem a sua posição. **Estimule os três grupos a falar o porquê escolheram aquela posição.**

Após a breve discussão, leia uma nova afirmação e repita o procedimento até terminar as frases.

2. APRESENTAÇÃO

TEMPO ESTIMADO: CINCO MINUTOS

Inicie colocando que existem muitas e variadas formas de ser homem ou ser mulher. Existem, também, **diferentes formas de viver, de expressar a sexualidade, de amar, de desejar.**
Comente os pontos abaixo relacionando-os com as afirmações.

1. Quem não é heterossexual não é normal. **5. Umgayque queira se curar de sua homossexualidade deve procurar um psicólogo:**

Introduza a ideia de que sentir atração afetivo-sexual ou desejar uma pessoa do mesmo sexo não é um erro da natureza, é apenas mais uma forma de expressão da sexualidade e da capacidade de amar do ser humano. A homossexualidade (feminina e masculina), a bissexualidade de ambos

os sexos, a transexualidade e a travestilidade não são desvios morais, perturbações mentais nem sem-vergonhice. Portanto,nãocabeaideiade que é possível “curar” essas manifestações de sexualidade.

Esclareça que em 17 de maio de 1990, a Organização Mundial da Saúde (OMS) retirou a homossexualidade da Classificação Internacional de Doenças (CID). Desde então, a data virou símbolo da luta por direitos humanos e pela diversidade sexual, contra a violência e o preconceito. De acordo com a OMS, após a retirada da homossexualidade do CID, houve uma rejeição das "terapias de conversão" e de conceitos como o de "cura gay", procedimentos que não possuem embasamento científico. Além disso, atualmente está havendo uma conscientização maior de que a identidade transgênero também não se qualifica como um distúrbio.

2. Os homossexuais são mais sensíveis e delicados; 3. A maior parte das mulheresque se tornam lésbicas é porque não encontraramumnamorado que as ame e **4. Um menino que não gosta de brincadeiras masculinas tem mais chance de se tornar gay ou um travesti:**

Retome o que foi discutido na Oficina “Muitos jeitos de ser homem e ser mulher”: os papéis relacionados aos homens e às mulheres são culturalmente definidos, ou seja, uma pessoa nasce macho ou fêmea, mas ser homem ou de ser mulher é aprendida de acordo com o que é considerado “desejável” por uma determinada sociedade. Em nossa sociedade, por exemplo, espera-sequeos homenssejamviris, machos, heterossexuais, determinados, fortes. Por outro lado, espera-se que as mulheres sejam maternais, delicadas, femininas, dóceis. Isso cria uma camisa de força,porissodeve serquestionado,pois, de alguma forma, tolhe a liberdade e a felicidade de todas as pessoas.

6. Ser homossexual é uma escolha pessoal.

Explique que um ou uma homossexual, ou seja um gay ou uma lésbica, assim como um bissexual, não opta por ser assim, assim como o heterossexual não escolhe sua preferência. É uma característica espontânea, resultante de um conjunto de fatores. Sendo assim, não há como um ou uma homossexual fazer com que outra pessoa tenha a mesma orientação sexual que ele ou ela. Só o próprio indivíduo conhece de fato os seus desejos, tendo a opção de vivenciá-los ou negá-los. O que ocorre é que embora homossexuais e bissexuais tenham a chance de viverem abertamente, muitos preferem “viver no armário” ou esconder seus reais sentimentos por medo de serem discriminados.

7. Desde que o mundo é mundo existe a homossexualidade.

Apresente a ideia de que a atração sexual e afetiva pelo mesmo sexo é algo tãoantigo quanto a humanidadee nãoexistenenhuma razãoquejustifique atitudes desrespeitosas e de discriminação em relação a pessoas que se relacionam com outras do mesmo sexo. Em vez de julgar, é necessário aprender a conviver comas diversidades.Ilustreessa ideia com a informação de que na Grécia antiga, onde a homossexualidade era prática comum, não havia um termo específico para designá-la. O filósofo Sócrates (469- 399 a.C) acreditava que o amor e o sexo entre dois homens inspirava criatividade e o conhecimento. Achava que o sexo heterossexual servia apenas para produzir crianças. Nessa época, também, o exército encorajava o alistamento de casais homossexuais, pois acreditavam que, juntos, eles seriam melhores soldados e que lutariam até a morte.

3. DINÂMICA EDUCATIVA: BALADA DA DIVERSIDADE

TEMPO ESTIMADO: QUINZE MINUTOS

Peça aogrupoque façaumarodaecoloqueumrótulo(videAnexoB)nascostasde cada participante. Informe que as pessoas poderão ver os rótulos das outras, mas que, para a atividade dar certo, não poderão saber o que está escrito no próprio rótulo.

Provavelmente um mesmo rótulo poderá ser colado em mais de uma pessoa porque vamostrabalhar com 12rótulos.

Depois de colar os rótulos, peça aos adolescentes que andem pela sala, que leiam (mentalmente) o que está escrito nas costas dos outros, **e que demonstrem somente por meio deatitudesegestoscomoasociedadeserelacionacomumapessoaque tem essas características.**

Cinco minutos depois, informe que, agora, **as pessoas poderão conversar reagindo aos rótulos que estão nas costas de cada um**. Dê 5 minutos para essa conversa. Solicite que parem onde estiverem e que: **quem se sentiu bem tratado fique à esquerda da sala; quem se sentiu maltratado fique à direita e, ainda, quem se sentiu ignorado fique ao meio.**

. Uma vez divididos, peça que cada um leia o seu rótulo e descubra quem era.

- Peça para se sentarem e explorem, em plenária, as sensações que cada um sentiu ao “entrar na pele” daquele personagem.

- Apresente os conceitos de **discriminação** e **preconceito**.

  De acordo com o Dicionário Houaiss:

PRECONCEITO	Ideia, opinião ou sentimento desfavorável formado sem maior conhecimento, ponderação ou razão; intolerância.
DISCRIMINAÇÃO	Tratamento pior ou injusto dado a alguém por causa de características pessoais, preconceito, intolerância. Ato ou atitude que quebra o princípio de igualdade, como distinção, exclusão, restrição ou preferência, motivado por raça, cor, sexo, idade, credo religioso, convicções políticas entre outras.

- Esclareça que, embora muitas vezes essas duas palavras sejam usadas como sinônimo, opreconceito estámaisnocampo da opinião e a discriminação implica em atos concretos, isto é, a ação ou o comportamento.

4. DISCUSSÃO

TEMPO ESTIMADO: QUINZE MINUTOS

- **Pergunte aos participantes quais foram as situações que costumam gerar maior preconceito nosambientes emqueeles vivemeconvivemcomgays,lésbica, travestis e transexuais.** Se eles apresentarem dificuldades de compartilhamento, estimule trazendo perguntas como por exemplo: como a escola costuma tratar um adolescentegay?, umameninaque está natransiçãode gênero parameninoé bem vista pelos amigos? um menino que é nerd, tímido e só tem amigas sofre algum tipo de preconceito?

- **Explore com os adolescentes porque as pessoas que não seguem a norma**, a exemplo dos homossexuais e travestis, **costumam ser mais discriminadas** e o porquê da existênciadessetipodeatitude.
- **Investigue com os adolescentes alternativas** que possam, minimamente, diminuir preconceitos e discriminações contra a população LGBTQIA+, especialmente nas escolas.

- Se tiver tempo suficiente, anote numa folha grande de papel craft as ideiasquesurgiremcom relaçãoaoenfrentamentodopreconceitoeda discriminação no ambiente escolar.

5. FECHAMENTO

TEMPO ESTIMADO: 5 MINUTOS

- **Inicie pontuando que a população LGBTQIA+ ainda sofre muito preconceito e di scr i mi nação** nclusive com agressões físicas que levam à morte.

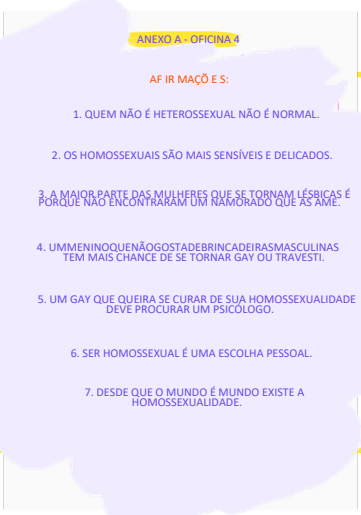
- **Explique que a homofobia é derivada da heteronormatividade** (isto é, a norma que diz que todo mundo deve ser heterossexual) e é um termo que tem sido empregado para descrever a repulsa a indivíduos homossexuais e o medo que se sente deles. Se baseiaem crençasque a heterossexualidade é a únicaforma de sexualidade "natural", "normal" e "aceitável". Dizemos que um ato ou postura é homofóbica quando se manifesta em ações hostis e discriminatórias, não raro marcadas por atitudes violentas, baseadas unicamente na rejeição à orientação sexual do outro.

- **Também explique que, mesmo quando não chega a ocorrer violência física, muitos indivíduos com orientaçãosexual homo oubissexualsão ridicularizadose di scr i mi nados.** Aliás, isso pode acontecer até mesmo com uma pessoa heterossexual simplesmente porque se suspeita que ela não seja heterossexual. E que isso é inaceitável porque fere os direitos das pessoas. Independentemente de sua orientação sexual e de sua identidade degênero, isso é, independentementede alguémse portar de forma mais ou menos masculina ou feminina, de amar este ou aquele sexo,**TODA PESSOA DEVE SER TRATADA COM RESPEITO E DIGNIDADE.**

- **Vale reforçar que sentir atração afetivo-sexual ou desejar uma pessoa do mesmo sexo esuperaros limites dasnormasdegênero não éum erroda natureza**:trata-se de diversas formas da construção da identidade, da expressão da sexualidade e da capacidade de amar que todo ser humano possui.

AN EXOS

Para fazer o download dessa metodologia edosmateriais anexos dessa dinâmica, clique aqui.


ANEXO A - OFICINA 4

AF IR MAÇÕ E S:

1. QUEM NÃO É HETEROSSEXUAL NÃO É NORMAL.

2. OS HOMOSSEXUAIS SÃO MAIS SENSÍVEIS E DELICADOS.

3. A MAIOR PARTE DAS MULHERES QUE SE TORNAM LÉSBICAS É PORQUE NÃO ENCONTRARAM UM NAMORADO QUE AS AME.

4. UMMENINOQUENÃOGOSTADEBRINCADEIRASMASCULINAS TEM MAIS CHANCE DE SE TORNAR GAY OU TRAVESTI.

5. UM GAY QUE QUEIRA SE CURAR DE SUA HOMOSSEXUALIDADE DEVE PROCURAR UM PSICÓLOGO.

6. SER HOMOSSEXUAL É UMA ESCOLHA PESSOAL.

7. DESDE QUE O MUNDO É MUNDO EXISTE A HOMOSSEXUALIDADE.

3. PRA SABER MAIS

Quer seguir estudando as temáticas de identidade, gênero e sexualidade? Abaixo, listamos materiais de apoio e aprofundamento que podem contribuir!

CARTILHA: CÁ ENTRE NÓS

Iniciativa da Prefeitura de São Paulo em cooperação com a UNESCO. Aborda: gênero,corpo, sexualidade eprazer,violência, etc. Traz textosdeapoio,mitose verdades, jogos e dicas de oficinas (2012). Clique aqui para acessar.

CARTILHA: CADERNO DE FERRAMENTAS: PROMOÇÃO DA EQUIDADE DE GÊNERO EM AÇÕES COM JOVENS ADOLESCENTES

Este material foi produzido pelo Instituto Promundo, uma organização não governamental que trabalha com promoção da saúde junto a adolescentes e jovens, e tem como objetivo auxiliar profissionais que atuam em instituições que desejam promover equidade de gênero. É composto por textos e oficinas. Clique aqui para acessar.

CARTILHA: TRABALHANDO COM MULHERES JOVENS: EMPODERAMENTO, CIDADANIA E SAÚDE

Este manual foi criado para auxiliar educadores a engajar mulheres e homens no questionamentodosestereótipos de gêneroe no reconhecimentodos reflexos negativos desses estereótipos na saúde e na vivência da sexualidade. Clique aqui para acessar.

CARTILHA: ADOLESCENTES E JOVENS PARA A EDUCAÇÃO ENTRE PARES

(UNICEF, UNESCO, UNFPA, UNAIDS, MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2 0 1 0)

Composto por oito fascículos, esta publicação é destinada a adolescentes e jovens etem como objetivo contribuir para o desenvolvimentode ações de promoção da saúde sexual e da saúde reprodutiva, elaboradas de jovem para jovem, a partir do fortalecimento do debate e da participação juvenil. Cada um deles contém textos básicos, materiais de apoio com informações variadas e/ou curiosidades sobre o que se discutirá em cada oficina; letras de músicas, poesia e sugestões de filmes. Clique para acessar os fascículos relacionados aos temas trabalhados nesta cartilha: adolescências, juventudes e participação; diversidades sexuais e gêneros.

CARTILHA: GÊNERO E DIVERSIDADE SEXUAL NA ESCOLA: RECONHECER DIFERENÇAS E SUPERAR PRECONCEITOS

Ostemas abordadosnestapublicaçãocompreendem as questões da diversidade étnico-racial, de gênero, sexual, geracional, regional e cultural, bem como os direitos humanos e a educação ambiental. Essas temáticas são analisadas do ponto de vista da sustentabilidade e da inclusão social. Clique aqui para acessar.

CARTILHA: VOCÊ NÃO ESTÁ SOZINHA

Publicação realizada pelo Serviço Social do Comércio (Sesc) e o Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA) que já atuam em parceria no campo da Educação em Saúde. Uniram esforços e aderiram ao desafio de criar a campanha Você não está sozinha nas redes sociais para apoiar as mulheres e reforçar a importância de falar sobre violência doméstica e sobre o direito das mulheres a uma vida com segurança, liberdade e paz, além de indicar formas de prevenção.

Durante o segundo semestre de 2020 e o início de 2021, foi divulgada uma série de conteúdos sobreviolênciade gênero. Agora,todosestãoreunidosnesteGuiapara entender a violência de gênero. Clique aqui para acessar.

FILME: MINHA VIDA DE JOÃO

Duração:23minutos | Ano de realização: 2001.

Sinopse: desenho animado, sem palavras, que conta a história de João, mostrando os desafios que ele enfrenta ao longo de seu processo de crescimento para tornar-se homem em nossa sociedade: o machismo, a violência familiar, a homofobia, as dúvidas em relação à sexualidade, a primeira experiência sexual, a gravidez da namorada, uma doença sexualmente transmissível e a paternidade. Clique aqui para acessar.

FILME: ERA UMA VEZ UMA OUTRA MARIA

Duração:18minutos | Ano de realização: 2005.

Sinopse: vídeo educativo que apresenta experiências comuns na vida de mulheres jovens e aborda assuntos como saúde sexual e reprodutiva, violência, gravidez, maternidade e trabalho. Pode ser usado com mulheres e homens jovens ou com profissionais de saúde e educação que buscam novas formas para discutir a saúde e a autonomia das mulheres jovens. Clique aqui para acessar.

FILME: PRECISAMOS FALAR COM OS HOMENS? UMA JORNADA PELA IGUALDADE DE GÊNERO

Duração:51minutos | Anoderealização:2016 | Concepção:ONUMulheresePapo de Homem

Sinopse: o objetivo do documentário é mostrar que a igualdade de gênero é uma questão que afeta a todos e todas e, portanto, é benéfica a homens e mulheres, além de procurar aproximar os homens desse tema tão importante. É investigado como se formam e se sustentam os estereótipos de gênero nocivos e de que modo
podemos desconstruí-los. O documentário é resultado de uma pesquisa qualitativa que rodou o Brasil e será complementado pela pesquisa quantitativa online ainda em curso. Clique aqui para acessar.

LIVRO: "COISA DE MENINA" E "COISA DE MENINO"

Autora:Pri Ferrari

Os livros trazem uma linguagem simplificada para o público infanto-juvenil, buscando quebraros estereótipos do queseriam “coisasde menina” e “coisasdo menino”. O material é indicado para crianças de 3 a 6 anos, porém, por trabalhar conceitos complexos de modo simplificado, pode auxiliar no cotidiano das discussões também para alunas(os) de outras faixas etárias.

LIVRO: DO JEITO QUE A GENTE É

Autora: Márcia Leite

O livro traz o cotidiano dos personagens Chico e Beá, dois adolescentes que passam por processos de autoconhecimento. É indicado para adolescentes entre 13 e 15 anos e trabalha conceitos de adolescência, discriminação e aceitação.

4.PRA FAZER MAIS

Confira abaixo algumas sugestões de outras metodologias ativas que podem ser implementadasemsalade aulaouna escolaparapromover a reflexãoeoengajamento dos(as) adolescentes com as temáticas de identidade, gênero e sexualidade.

- **Vídeo Debate:**

Assista aos vídeos abaixo que abordam os temas padrão de beleza e pressão das redes sociais e ao finalproponha umdebateorientadopelas perguntas: 1) Como a gente se sente ao ver as imagens perfeitas que circulam nas redes sociais? 2) O que acham sobre a pressão sofrida pelos adolescentescom relação aos padrõesde belezaimpostos? 3) Vocêsacham queétudoverdade aquilo que assistimos nainternet?4)O que podemfazer para sofrermos menos influência das redes sociais na nossa vida?

a. **A arte de não se comparar - Dandara.** Clique aqui para acessar.
b. **Por Trás das Propagandas – Gabriel.** Clique aqui para acessar.
c. **Aparência Não é Tudo – Dandara.** Clique aqui para acessar.
d. **Aparência Não é Tudo – Gabriel.** Clique aqui para acessar.

- **Jornal Mural:**

O jornal mural é um instrumento de comunicação rápido e imediato. As informaçõespodemserveiculadasporele,diariamenteounão,merecendo interesse e curiosidade gerais, tornando-o procurado por sempre constituir uma fonte de novidades. É a chance de ter, a baixo custo, uma comunicação direta, rápida e imediata com adolescentes e jovens. Criar e manter atualizado um jornal mural, no entanto, exige dedicação, criatividade e trabalho.



- **Como fazer?**

a.Em primeiro lugar é preciso definir com exatidão quais os objetivos do jornal mural para, em seguida, estabelecersuas características. Definindo-seoobjetivo, parte-se para a determinaçãodoespaço necessário para dar cobertura aos assuntos pautados. As dimensões dojornal mural podem serbastantevariáveis:de5a8 metros de largura por 1,30 metro de altura.

b.O jornal mural deve ser colocado em locais de fácil acesso e de boa visibilidade e onde os adolescentes e os jovens tenham espaço suficiente para ler as notícias sem perturbar a movimentação interna ou se aglomerar em locais não indicados. Corredores e áreas de lazer podem ser locais adequados para isso.

c. Além da localização adequada é preciso que o local seja iluminado, principalmente se estiver afixado em locais que recebem pouca luz. Ao ser instalado, deve ficar no nível dos olhos – nada de notícias muito acima ou muito abaixo desse padrão.

d.Os textos precisam ser escritos em letras grandes; se forem impressos,podemserampliados paraserem lidos auma boa distância sem dificuldade. O título deve ser escrito com letras grandesecoloridas.O corpo domuralpodecontar comtarjase separadorescoloridos, títulos chamativosecuriosos. Alémdisso, podem-se usar fundos coloridos para destacar determinadas informações, preparar ilustrações especiais para datas, como, por exemplo, no Dia Mundial de Luta contra a Aids, celebrado em 1o de dezembro.

e. A manutenção de um bom noticiário garante o êxito do jornal mural. Por isso, é conveniente examinar os veículos que servirão de fonte de informação para os recortes, sem esquecer, evidentemente, das produções elaboradas pelos adolescentes, pelos jovens e pela própria comunidade.

f. A seleção de notícias pode ser feita a partir de pesquisa na internet que trazem notícias sobre promoção da saúde e prevenção com adolescentes.

g.Você pode, por exemplo, buscar notícias sobre meninas adolescentes serem abusadas pelos seus namorados e construir um jornal mural sobre esse assunto.

- **Vídeo de bolso**

O termo “vídeo de bolso” vem sendo usado com bastante frequência pelosadolescentes e pelos jovens. Esse formato –“de bolso”– **trazaideia de utilizar ferramentas digitais, portáteis e fáceis de manusear para a produção de vídeos diversos, como, por exemplo, celulares.** Aprimeira coisa que seprecisa fazeré ter um roteiro, umasituação inspiradora,um tema interessante e, principalmente, ter criatividade. Uma coisa importante é, caso for entrevistar alguém, ir para um local silencioso.

- **Como fazer?**

a.Capture as imagens utilizando um celular ou uma câmera que tenham a ferramenta necessária paragravar.

b.Feita a gravação, transfira os arquivos capturados para um comput ador.

c. Para editar o material, o ideal é fazer a edição direta, ou seja, durante a gravação da cena se preocupar com a qualidade do áudio, verificar se não há ruídos no local onde está sendo gravado o material, manter-se atento com a estabilidade da mão para a cena não ficar tremida e cortar com a opção “pause” do aparelho (em vez de finalizar cada cena com “stop” para ter de juntar tudo numa edição em computador).

d.Caso queira inserir músicas, legendas, fazer cortes diferenciados ouinseriroutrasimagensevídeos, precisa baixar algum p**rograma de edição de vídeos ou aplicativo** , se a edição estiver sendo feita no celular.

e.Compartilhe o vídeo por WhatsApp e nas demais redes sociais.

- **Cartaz**

O cartaz é uma peça elaborada para ser colada em locais públicos para que todo mundo que interessa possa ver. Antes de começar a confeccioná-lo, é preciso definir muito bem o que se quer fazer. Para isso, há três questões a se pensar:

- **O tema:** é o assunto do cartaz.

- **O título:** é uma frase que deve ter entre cinco e sete palavras, no máximo, que chame a atenção de adolescentes e jovens.
- **A imagem:** é o mais importante na transmissão da mensagem. Deve ser sugestiva e de cores contrastantes.

- **Como fazer?**

a.Divida o espaço de uma cartolina ou de uma folha de papel gigante em **três zonas**: uma para o título, outra para a imagem e a última sobre o que se quer informar.

b.Devem ser usados diferentes tamanhos de letras: a maior vai no título, os textos vêm em segundo lugar e as legendas são as menores.

c.O texto deve ter frases curtas e letras bem legíveis.

- **Modelo:**

TÍTULO (UTILIZAR LETRAS GRANDES)	
Ilustração (utilizarrecortes de revistas, canetas coloridas, etc.).	**O que se quer informar** (Frases curtas e bemlegíveis)

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABERASTURY, A.; KNOBEL, M. Adolescência normal. Porto Alegre: Artes Médicas, 1980.

AUAD, Daniela. Feminismo: que história é essa? São Paulo: Editora DP&A, 2003.

BRÊTAS JRS, RUA DV, QUERINO ID, CINTRA CC, FERREIRA D, CORREA DS. Compreendendo o interesse de adolescentes do sexo masculino e feminino sobre corpo e sexualidade. Temas Sobre Desenvolvimento 2002; 11(64):20-29.

CALLIGARIS, Contardo. A Adolescência. São Paulo: Publifolha (Coleção Folha explica), 2000.
CORSA/ECOS. Diversidade Sexual na Escola: uma metodologia de trabalho com adolescentes e jovens, São Paulo, 2008.
ERIKSON, Erik H. Identidade, Juventude e crise. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.

FOUCAULT, Michel. História da sexualidade: a vontade de saber. São Paulo: Graal, 1986, v.1.

FREITAS, Maria Virgínia de (Org.). Juventude e adolescência no Brasil: referências conceituais. 2ª ed. São Paulo: Ação Educativa, 2005.

FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INF NCIA (UNICEF). Competências para a Vida Trilhando Caminhos para a Cidadania. Brasília: 2018.
ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE LA SALUD (OMS). La Violencia, um problema ubicuo. Informe Mundial sobre la violencia y la salud: resumen. Washington: Organização Panamericana de la Salud, 2002.
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE DE PORTO ALEGRE E FUNDAÇÃO DE ATENDIMENTO SOCIOEDUCATIVO – FASE, Tamo Junto Cultivando Saúde no Socioeducativo Manual de Metodologias, Porto Alegre, 2021. Disponível em: https://bit.ly/3ciuSe6

SESC. DEPARTAMENTO NACIONAL. Você não está sozinha: guia para entender a violência de gênero / Sesc,Departamento Nacional,FundaçãodePopulaçãodasNaçõesUnidas.– Rio de Janeiro: 2021. Disponível em:https://brazil.unfpa.org/pt-br/publications/voce-nao-esta-sozinha-guia-para-entender-violencia-de-genero.
WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global consultation on violence and health.Violence: a public health priority. Geneva: WHO; 1996 (document WHO/EHA/ SPI.POA.2).

ZANELLO, Valeska. Saúde mental, gênero e dispositivos: cultura e processos de subjetivação. Brasília, Editora Appris, 2018.

Geração
CONSCIENTE
O CUIDADO TRANSFORMA

unesco
UNAIDS
.RS SEGURO
PROGRAMA TRANSVERSAL E ESTRUTURANTE DE SEGURANÇA PÚBLICA
GOVERNO DO ESTADO
RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DA SAÚDE