



ARTEMIS - preventing sexual harassment & abuse among primary school students

Notas para os professores

01

Introdução e Objetivo

Objetivo dos filmes animados

Os vídeos mostram aspetos do assédio verbal e físico entre alunos do ensino básico, que são colegas de turma na escola, visualizando ações de assédio através de exemplos específicos, claros e realistas. A sua função é tanto informativa como proativa, pois visa sensibilizar para os temas e ajudar os professores a reconhecer incidentes de assédio e a agir prontamente para os resolver de forma eficaz.

Papel do professor

O professor desempenha um papel crucial e multifuncional no reconhecimento de incidentes de assédio sexual – tanto subtis como evidentes – e na tomada de medidas para evitar que se repitam. O seu papel envolve explicar às crianças o que é aceitável e o que não é, o que demonstra resiliência e o que é ofensivo, quais são os limites e como respeitá-los.

Como usar este guia

sua tarefa de alcançar tolerância zero para o assédio escolar. Pode ser usado como material educativo para ajudá-los a reconhecer casos de assédio e encontrar ideias práticas sobre como sensibilizar os alunos para prevenir esses comportamentos indesejáveis.

02

Fundamentos pedagógicos

Os vídeos educativos podem desempenhar um papel crucial na sala de aula, e a sua eficácia pode ser aumentada se três aspetos principais forem levados em consideração: carga cognitiva, envolvimento dos alunos e aprendizagem ativa, conforme apontado por Brame (2017). Esses elementos foram usados nos vídeos criados no âmbito do projeto ARTEMIS e são esclarecidos a seguir.



Co-funded by
the European Union

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Executiva Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por eles.

Sinalização

A narração tenta enfatizar os conceitos-chave de cada filme através da sua própria expressividade oral. Além disso, o documento «Notas para os professores» é uma ajuda valiosa para maximizar os benefícios de cada filme, pois fornece contexto, sugere atividades adicionais e inclui um glossário que oferece explicações claras e concisas de conceitos complexos para os alunos mais jovens.

Segmentação

Os vídeos estão divididos em secções curtas e claras. Cada segmento aborda uma mensagem-chave (por exemplo, «O que é um toque de telemóvel indesejado?» ou «O que são palavras ofensivas?») através das diferentes cenas criadas. Existe também uma versão dos vídeos com perguntas colocadas ao longo das cenas, a fim de promover o esclarecimento dos conceitos-chave abordados.

Gestão da carga cognitiva

Os vídeos são curtos (aproximadamente 5 minutos) e adaptados à faixa etária a que se destinam, a fim de manter a atenção e minimizar a sobrecarga de informações. Os conceitos são apresentados utilizando linguagem quotidiana adequada para crianças, com expressões que fazem parte do seu dia a dia e reforçadas com imagens simples. A narrativa é simples e apresenta uma ideia de cada vez, garantindo que os alunos possam acompanhar sem se sentirem sobrecarregados com informações, o que é particularmente importante para temas emocionalmente sensíveis, como a segurança pessoal.

Aprendizagem ativa

Para promover a participação ativa dos alunos e a discussão em sala de aula, os vídeos incluem perguntas interativas que aparecem à medida que são visualizados. Esses elementos levam os alunos a aplicar o que aprenderam de forma segura e orientada.

Esses momentos de aprendizagem ativa ajudam a transmitir a mensagem corretamente e criam momentos de reflexão que aumentam a confiança em como responder a situações difíceis no futuro.



Visão geral dos filmes de animação

Título do Filme	Temas Principais	Duração	Personagens	Definições
-----------------	------------------	---------	-------------	------------



Co-funded by
the European Union

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Executiva Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por eles.

Toques indesejados: a maneira errada de fazer amigos	Assédio físico, consentimento	approx. 5 mins	Sam (iniciador), Alex (alvo), Professora	Sala de aula, recreio
Quando a provocação vai longe demais: palavras ofensivas	Provocações verbais/sexuais, segurança emocional	approx. 5 mins	Sam (iniciador), Alex (alvo), Professora	Sala de aula, recreio



Guia de personagens

Personagem	Papel	Características
Sam	Iniciador	O típico exemplo do aluno indisciplinado. Ele está sempre a tentar fazer amigos, mas não hesita em deixá-los desconfortáveis.
Alex	Vítima/alvo	O colega de turma de Sam, que gosta de atividades tranquilas, como ler, e sente-se desconfortável com contacto físico indesejado.
Professora	Mediadora	Uma figura de autoridade calorosa e



compreensiva, que se preocupa com limites pessoais e respeito.

05

Dicas para abordar temas delicados em sala de aula

Normalize as perguntas e as emoções	Certifique-se de que os alunos se sentem à vontade para fazer perguntas e expressar emoções (felicidade, stress, confusão, aborrecimento, etc.). É importante que os alunos sintam que a sala de aula/escola é um local seguro.
Use uma linguagem clara e adequada à idade	Certifique-se de que os alunos compreendem claramente as discussões e os tópicos. Não fale com eles como se fossem adultos ou tivessem a sua experiência de vida.
Respeite os diferentes limites e experiências	Reconheça que cada aluno tem o seu próprio nível de conforto, histórico e experiências. Evite fazer suposições ou generalizações. Deixe os alunos saberem que é normal ter opiniões ou sentimentos diferentes e que todas as vozes respeitadas são bem-vindas.
Modele um comportamento respeitoso	Mostre aos alunos como falar e ouvir com respeito, especialmente durante discussões delicadas. A maneira como você responde a perguntas ou discordâncias define o tom. Mantenha a calma, tenha a mente aberta e não julgue — os alunos aprenderão a fazer o mesmo.
Ensine as crianças a estabelecer limites claros	Explique aos alunos como se expressarem quando se sentirem desconfortáveis ou incomodados, usando frases como «Isso não está certo para mim. Está a incomodar-me», ou «Por favor, pare com isso. Não gosto da maneira como fala comigo», ou «Não estou com vontade de me juntar a vocês hoje. Deixem-me em paz».



Co-funded by
the European Union

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Executiva Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por eles.

	Comportamentos inaceitáveis não devem ser tolerados.
Defina as regras da turma	Às vezes, estabelecer regras e possíveis consequências para aqueles que não as obedecem é a única maneira de limitar comportamentos indesejáveis na escola. Depois de deixar claro o que é aceitável e o que é inadequado, pode-se discutir em sala de aula o tipo de punição para aqueles que desobedecem. Isso ajudaria as crianças a compreender a gravidade do assédio ou da falta de respeito.
Preparação do professor	Antes de começar, familiarize-se com o assunto. Antecipe possíveis perguntas e reações dos alunos. Prepare recursos confiáveis e variados (artigos, vídeos, depoimentos) que apresentem diferentes perspectivas. Defina objetivos de aprendizagem claros: o que pretende que os alunos retenham?



Guia cena a cena

Toques indesejados: a maneira errada de fazer amigos

Breve descrição	Este vídeo educativo conta a história de Sam, um aluno bem-intencionado, mas sem limites, e Alex, um colega de turma calado que valoriza o seu espaço pessoal. Através de várias interações na sala de aula e no recreio, o comportamento de Sam — em particular a sua tendência para iniciar contacto físico sem permissão — deixa Alex desconfortável em várias ocasiões. Com a orientação adequada da professora, os dois rapazes aprendem sobre limites pessoais, consentimento e como mostrar respeito nas amizades. A história termina com uma transformação positiva, pois Sam aprende a pedir antes de tocar e Alex sente-se mais seguro e respeitado.
Comportamentos	Comportamento inicial de Sam: Toques indesejados e



observados	não consensuais nos ombros, pegar objetos de outras pessoas e proximidade física sem pedir permissão. Reações de Alex: Desconforto, retraimento, hesitação verbal, desconforto visível. Intervenção da professora: Orientação clara e calma sobre consentimento, a importância de pedir primeiro e respeitar os sentimentos dos outros. Promove a reflexão sobre comportamentos inadequados. Melhoria no comportamento: Sam começa a pedir permissão e a respeitar o espaço pessoal. Estabelece-se o entendimento mútuo e o consentimento.
Foco da discussão	Compreender o que é um «toque indesejado», mesmo quando não se pretende magoar ou invadir o espaço pessoal. Explorar como ações que pretendem ser amigáveis podem deixar outras pessoas desconfortáveis. Reconhecer sinais verbais e não verbais que indicam desconforto e não aceitação de um comportamento. Enfatizar a importância do consentimento, do espaço pessoal e da amizade respeitosa. Enfatizar que cada pessoa tem diferentes níveis de conforto — e que é normal dizer «não».
Sugestões de perguntas complementares para a aula	• Que sinais viste que indicavam que o Alex estava desconfortável? • Por que é importante pedir permissão antes de tocar em alguém? • O que o Sam poderia ter feito de diferente quando tentou falar com o Alex pela primeira vez? • Alguma vez te sentiste desconfortável como o Alex? O que fizeste? • Como podemos mostrar aos nossos amigos que nos preocupamos com o seu espaço e os seus sentimentos? • O que deves fazer se alguém te disser que não gosta de ser tocado?



Quando a provocação vai longe demais: palavras ofensivas

Breve descrição	O vídeo mostra como as provocações podem ultrapassar os limites e tornar-se prejudiciais. Sam usa repetidamente piadas indesejadas, comentários pessoais e linguagem trocista em relação a Alex. Alex demonstra uma comunicação assertiva ao tentar estabelecer limites claros, enquanto a professora reforça o respeito e o comportamento positivo.
Comportamentos observados	Sam: Ele provoca, goza e invade o espaço pessoal do colega. Ele pratica assédio verbal de caráter sexual e tenta afirmar a sua dominância. Alex: Ele tenta manter a calma, estabelecer limites firmes e falar com clareza. Ele tem confiança para enfrentar a falta de respeito. Professora: Ela intervém de forma adequada, enfatiza o respeito e demonstra autoridade com calma.
Foco da discussão	Compreender a diferença entre provocações amigáveis e palavras ofensivas. Compreender por que respeitar os limites pessoais é essencial nas amizades e nas salas de aula. Explicar como palavras ofensivas podem afetar os sentimentos e a autoconfiança de alguém. Encontrar estratégias positivas para responder a provocações (comunicação assertiva, procurar ajuda, apoiar outros alunos). Enfatizar o papel dos adultos/professores na abordagem de comportamentos ofensivos.
Sugestões de perguntas complementares para a aula	• Como distinguir entre brincar com um amigo e magoar os sentimentos de alguém? • Por que é importante respeitar o «não» de alguém quando essa pessoa pede para ser deixada em paz? • De que forma positiva poderias apoiar o Alex se estivesses a testemunhar o incidente? • Como é que a reação do Alex mudou entre a primeira e a última cena?



- O que é que o Sam poderia ter feito de diferente para ser um colega melhor?
- O que deves fazer se vires que as brincadeiras estão a transformar-se em assédio na escola?

07

Atividades finais sugeridas

Palavras que constroem, palavras que magoam – Explorando o poder da linguagem

Elemento	Descrição
Título	As palavras são importantes
Objetivo	Esta atividade ajuda os alunos a reconhecer como as palavras podem afetar os outros, distinguir entre linguagem encorajadora e prejudicial e praticar a substituição de expressões negativas por outras positivas e respeitosas.
Materiais	• Tiras de papel ou notas adesivas • Marcadores/canetas • Dois cartazes grandes (com os títulos «Palavras que magoam» e «Palavras que fortalecem») • Fita adesiva ou ímanes (para fixar as notas)
Instruções	• Introdução (5 minutos): Comece com uma breve discussão: “Como as palavras nos fazem sentir? As palavras podem magoar? As palavras podem



Co-funded by
the European Union

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Executiva Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por eles.

	ajudar?”. • Debate (5 a 10 minutos): Distribua tiras de papel ou post-its. Peça a cada aluno que escreva um exemplo de palavra ou frase que possa magoar alguém (por exemplo, insultos, gozo) e outro que possa animar alguém (por exemplo, elogios, incentivo). • Atividade de classificação (10 minutos): Os alunos colocam as suas notas no cartaz correto: «Palavras que magoam» ou «Palavras que animam». Leia alguns exemplos em voz alta (sem revelar quem os escreveu). • Reflexão e reformulação (10 minutos): Para cada exemplo «que magoa», convide os alunos a sugerir uma frase alternativa «que anima». Anote-as ao lado das originais. • Encerramento (5 minutos): Resuma a discussão reforçando que todos têm o poder de escolher palavras respeitosas e que as palavras podem mudar a forma como os outros se sentem em relação a si mesmos.
Duração Sugerida	30-40 minutos

Linguagem fotográfica

Elemento	Descrição
Título	Atividade com cartões ilustrados (10 participantes)
Objetivo	Esta atividade ajuda a contornar as dificuldades que se pode ter em expressar-se diretamente sobre um assunto, especialmente se for sensível ou abstrato.
Materiais	30 imagens de diferentes tipos: paisagens, retratos, objetos, cenas da vida quotidiana, ilustrações abstratas baralho de cartas
Instruções	1. Preparar a atividade (5 minutos)



	Espalhe as imagens com a face voltada para cima sobre uma mesa ou no chão, para que todos os participantes possam vê-las facilmente e circular pelo espaço. 2. Instruções (5 minutos) Peça a cada participante que escolha uma única imagem que melhor represente a sua experiência ou sensação geral sobre a atividade. Enfatize que não há respostas certas ou erradas e que a escolha é pessoal. Dê-lhes algum tempo para examinar as imagens em silêncio e fazer a sua seleção. 3. Reflexão individual (5 minutos) Quando todos tiverem uma foto, peça-lhes que pensem nas razões da sua escolha. Incentive-os a refletir sobre o que a foto representa para eles em relação à atividade. 4. Partilha e discussão em grupo (15 minutos) Passe por todo o grupo e peça a cada pessoa que apresente a sua imagem e explique por que a escolheu. 5. Síntese e conclusão (5 minutos) Depois de todos terem partilhado as suas ideias, resuma brevemente as principais semelhanças e diferenças que surgiram da discussão.
Duração Sugerida	35 minutos

O meu espaço pessoal por cores

Elemento	Descrição
Título	O meu espaço pessoal por cores
Objetivo	Ajudar os alunos a compreender e expressar os seus níveis de conforto com o espaço físico e como comunicar limites aos outros.



Materiais	Papel (faça círculos), marcadores (verde, amarelo, vermelho).
Instruções	1. Os alunos desenham vários círculos e pintam-nos de verde, amarelo ou vermelho. O verde deve ser para «confortável», o amarelo para «não tão confortável» e o vermelho para «nada confortável». 2. Em cada círculo colorido, os alunos escrevem nomes (ou funções, por exemplo, «família», «amigos íntimos», «estranhos») e exemplos de contactos, por exemplo, dar um high-five, abraçar, apertar a mão, beijar na bochecha... (Exemplo de um círculo: cor verde para pais e abraços) 3. Convide voluntários para partilhar (se se sentirem à vontade) os círculos que têm (cor, função, nível de contacto). Em seguida, conduza uma breve discussão sobre como os círculos de cada um podem ser diferentes — e que isso é normal.
Duração Sugerida	20-30 minutos

“OK ou não OK?” – Compreender o consentimento através de cenários

Elemento	Descrição
Título	“OK ou não OK?” – Compreender o consentimento através de cenários
Objetivo	Ajudar os alunos a identificar situações em que é necessário



	obter consentimento, compreender como pedir e dar permissão e reconhecer quando os limites estão a ser respeitados ou ultrapassados.
Materiais	Cartões com cenários (pode escrever situações curtas em papel) Dois cartões ou placas: um com a indicação «OK» e outro com a indicação «Não OK» (Opcional: use cartões verdes e vermelhos para apoio visual)
Instruções	Prepare um conjunto de cenários curtos e adequados à idade que envolvam espaço pessoal ou consentimento (por exemplo, «Alguém abraça-o sem pedir», «Pede antes de pegar na caneta do teu amigo», «Um amigo segura a tua mão depois de dizeres não»). Leia cada cenário em voz alta ou distribua os cartões entre os alunos. Os alunos decidem se o comportamento é aceitável (respeita o consentimento/espaço pessoal) ou inaceitável (ultrapassa os limites ou carece de consentimento), levantando o cartão correto ou dizendo a sua resposta. Após cada cenário, discuta brevemente por que é aceitável ou inaceitável e como a situação poderia ser tratada com respeito, se necessário. Reforce a mensagem: «Perguntamos sempre, ouvimos e respeitamos a resposta».
Duração Sugerida	20–25 minutos

Pare – Pense – Aja com respeito

Elemento	Descrição
----------	-----------



Co-funded by
the European Union

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Executiva Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por eles.

Título	Pare – Pense – Aja com respeito
Objetivo	Reforçar a empatia, a comunicação assertiva e a responsabilidade dos que assistem à situação. Os alunos aprendem a identificar quando um comportamento ultrapassa os limites da brincadeira amigável e se torna assédio, e praticam estratégias para responder de forma respeitosa e eficaz.
Materiais	Cartões com cenários (com breves cenários de assédio escolar) Cartazes/cartões «Pare – Pense – Aja» Quadro branco e marcador ou papel e caneta
Instruções	O professor apresenta a diferença entre brincadeira e assédio. Em seguida, o professor apresenta o método Parar–Pensar–Agir: ○ Parar – Observe o que está a acontecer. ○ Pensar – Isso é respeitoso? Como é que a outra pessoa se sente? ○ Aja – Escolha a gentileza, estabeleça limites, apoie um colega ou procure ajuda. O professor lê cada cenário e faz uma pausa para dar aos alunos tempo para perceberem a situação (levantar um cartão Pare), pensarem sobre como a vítima se pode sentir (levantar um cartão Pense) e proporem uma possível solução/resposta (levantar um cartão Aja). Discussão em sala de aula O professor conduz uma reflexão final: Como se sentiram ao estabelecer limites ou apoiar alguém? ○ Que ações podem prevenir o assédio na vida real? ○ Quão importante acham que é a empatia?
Duração Sugerida	20–25 minutos



Termo	Definição
Consentimento	Perguntar antes de fazer algo e esperar por um «sim» claro. É preciso obter permissão antes de tocar, abraçar ou usar as coisas de alguém. Se não for um «sim», então é um «não».
Espaço pessoal	O espaço pessoal é a área ao redor do corpo de uma pessoa, que lhe pertence.
Permissão	Perguntar antes de fazer algo, como tocar ou brincar. É preciso esperar pelo «sim».
Tocar	Quando alguém coloca a mão ou o corpo próximo ou contra outra pessoa, às vezes não dói, outras vezes dói.