Rede Pares
Violência de Género
e Empoderamento:

Programas de Prevenção da Violência Interpessoal

Iceland
Liechtenstein
Norway grants

Preâmbulo 7

1. Recomendações de Implementação 13

2. Programas

↳ 2.1 Programa 1 19
↳ 2.2 Programa 2 24
↳ 2.3 Programa 3 34
↳ 2.4 Programa 4 38
↳ 2.5 Programa 5 53

3. Orientações Gerais para a Monitorização e Avaliação das Iniciativas de Prevenção 75

4. Referências Bibliográficas 81

5. Anexo I 90

6. Colaboradores 101

Preâmbulo

As sinopses de Programas de Prevenção da violência interpessoal integram a Atividade 2 do Projeto REDE PARES: Prevenção da Violência de Género e Empoderamento EEAGRANTS/CIG Ref. OC4-B11), promovido pelo ISPA - Instituto Universitário, em parceria com a Associação Caboverdiana de Setúbal, a Casa do Brasi em Lisboa, a Taipa - Organização Cooperativa para o Desenvolvimento Integrado e a WOMEN na Islândia.

Com esta iniciativa apresentamos uma seleção de programas de prevenção, que procuram estar em consonância com os requisitos propostos para estas iniciativas pela Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género (CIG)[1] que, por sua vez, procuram responder às recomendações da Convenção do Conselho da Europa para a Prevenção e o Combate à Violência contra as Mulheres e a Violência Doméstica[2], também reconhecida como a Convenção de Istambul.

A seleção deste conjunto de programas decorreu da articulação de diversas atividades do Projeto REDE PARES, incluindo as ações de formação com peritos internacionais, em cujos contributos identificaram programas que se consideraram robustos em termos de evidências de resultados. Pretendemos ainda que este produto possa permitir que os seus utilizadores/as possam ter uma perspectiva acerca das suas potencialidades, sendo proporcionadas fontes para quem pretenda aprofundar o estudo e utilizar os seus materiais em sessões de sensibilização, no decurso de projetos ou iniciativas ou mesmo utilizados como projetos de prevenção no seu conjunto.

Os principais critérios de seleção dos programas de prevenção foram os seguintes: (a) Serem programas com base em evidência científica, desenvolvidos, implementados e acompanhados com investigação, no sentido de promover a sua replicabilidade e adaptabilidade; (b) Programas com focos diversificados e com abordagens diferentes ao fenómeno da violência interpessoal e (c) que abrangessem públicos de idades diferentes e em circunstâncias diferentes.

A seleção de programas, numa lógica de desenvolvimento de ações integradas de prevenção para a valorização dos princípios da defesa dos Direitos Humanos, promoção da igualdade e erradicação das formas de discriminação, em particular da violência interpessoal, veiculada com base no género-violência doméstica, abrangem crianças, em início de escolaridade, adolescentes e jovens. Os programas

1. Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género.
Disponível em: https://www.cig.gov.pt

2. A Convenção do Conselho da Europa para a prevenção e o combate à violência contra as mulheres e a violência doméstica, conhecida como a Convenção de Istambul, é um tratado internacional de direitos humanos, em particular das mulheres e raparigas. Adotada em Istambul, a 11 de maio de 2011; aprovada pelo Governo português a 16 de novembro de 2012; ratificada pela Assembleia da República a 21 de Janeiro de 2013; entrou em vigor em Portugal a 1 de Agosto de 2014.
Disponível em: https://rm.coe.int/168046253

selecionados orientam para o desenvolvimento de comportamentos relacionais positivos e saudáveis, com vista à (con)vivência em igualdade e equidade numa sociedade que é democrática e culturalmente diversa (Conselho da Europa, 2016). Em concreto, os programas que se apresentam contribuem para a valorização da dignidade humana e dos direitos humanos, da diversidade cultural e da democracia, da justiça, da equidade e igualdade num Estado de direito. Pretende-se que as atividades propostas possam servir a uma maior abertura à alteridade cultural e às convicções, reforçando as capacidades do respeito, a responsabilidade e tolerância individual e coletiva. Pretende-se promover atitudes pro-sociais como a empatia, a cooperação e resolução de conflitos, contribuindo, por sua vez, para o maior conhecimento e compreensão critica individual e do mundo em termos de práticas de prevenção e intervenção para a preservação e sustentabilidade dos direitos humanos, desde idades precoces.

Deste modo, a seleção de programas inicia-se nas crianças, em inicio de escolaridade, com o "Zippy's Friends", nos adolescentes e jovens com os Programas Viraj e Passaj, nos rapazes "Coaching Boys into Men" e finalmente uma abordagem proactiva centrada nas sobreviventes de violência o "Community Advocacy Project" que se destina às mulheres que já experienciaram situações de violência interpessoal, nomeadamente violência doméstica e que apresenta uma abordagem eminentemente comunitária para a resposta proativa, face às situações de violência prevalente e reiterada, no sentido de procurar desenvolver sistemas proativos e com foco na comunidade para a prevenção da violência. No sentido de enquadrar as referidas recomendações propostas pela CIG[3] e, simultaneamente desenvolver um produto orientado para uma utilização fundamentada junto de grupos e/ou organizações comunitárias ou para o aprofundamento da formação na área da prevenção da violência interpessoal, procurou-se cumprir os requisitos relacionados com a especificidade e especialização dos conteúdos selecionados, a orientação para os Direitos Humanos e a não descriminação e o foco na prevenção da violência nas relações interpessoais, incluindo as relações de proximidade e intimidade. A seleção de programas realizada, procurou-se ter em consideração os conteúdos, temas e as atividades de natureza transversal e que pudessem ser utilizados em contextos

3. Guia de requisitos mínimos para programas e projetos de prevenção primária da violência contra as mulheres e violência doméstica. Disponível em: https://www.portugal.gov.pt/download-ficheiros/ficheiro.aspx?v=%3D%3DBQAAAB%2BLCAAAAAAABAAzNDCwMAMAeFIGVgUAAAA%3D

diversificados. São identificados objetivos, atividades e evidências de resultados para que os utilizadores deste produto possam tomar decisões informadas e com acesso a informação adicional sobre a sua implementação.

Em termos de limitações, tendo sido proposta a seleção de cinco programas, limitando o alcance face a todo o espetro do ciclo vital, houve necessidade de optar por abordagens não diretamente focadas nas pessoas mais velhas e no aprofundamento específico face ao tema do cyberbullying, que exigem uma abordagem na especialidade e que, no entanto, têm sido abordados em programas com uma dinâmica substantiva no contexto português.

Quanto às questões da especialização, realça-se que se considera crucial como parte integrante da formação em ciências sociais e humanas, acompreensão da ciência e da ação preventiva, realçando-se a experiência dos docentes envolvidos na investigação e intervenção na área da prevenção e especificamente na prevenção da violência interpessoal.
Acresce que o envolvimento de estudantes e das entidades parceiras neste produto do Projeto REDE PARES, permitiu desenvolver métodos e técnicas de Investigação-Ação Participativa e uma alternativa de aprendizagem em serviço com componentes teórico-práticas, procurando enquadrar estudantes do 1º ciclo de Ciências Psicológicas a participar no Programa de Desenvolvimento de Competências de Investigação. Esta dinâmica interativa foi também uma oportunidade de promover a heterogeneidade dentro dos membros da equipa, tanto na seleção como na estruturação dos conteúdos.

Recomendações de Implementação

1

Recomendações de Implementação

A implementação de programas de prevenção em contextos comunitários requer um conjunto de procedimentos que facilitam e potenciam a sua eficácia e resultados. O conjunto de recomendações que a seguir se apresentam, estão assentes no Guia CIG dedicado a programas de prevenção e têm como propósito suscitar a reflexão acerca das condições e possibilidades de cada pessoa ou equipa na sua decisão de implementação dos programas aqui propostos.

Deste modo, a abordagem aos programas de prevenção deve ser integrada e holística, isto é, deve estar associada a propósitos de desenvolvimento abrangentes, como por exemplo a Educação para a Cidadania, ou quaisquer outros desígnios de desenvolvimento social ou estratégia local de promoção do bem-estar e desenvolvimento harmonioso das populações a ser envolvidas. Associado a este tema está também a relevância da consistência e da intensidade que deve estar associada às iniciativas de prevenção, pelo que a acessibilidade ao contexto deve ter características de continuidade para que haja tempo de promover parcerias inter-organizacionais. Essas parcerias podem ter características muito diversificadas e envolver organizações, redes mais ou menos formais e/ou movimentos cívicos, pelo que podem ser constituídas por Agrupamentos escolares, Municípios, Associações, grupos de desporto e cultura, entre muitas outras possibilidades de acordo com cada situação concreta.

A implementação de programas de Prevenção requer preparação e/ou ensaio prévio no caso dos programas que contêm atividades como role-play ou promovam interações, com ou sem materiais de apoio com públicos específicos, pelo que se recomenda que os/as promotores/as de iniciativas desenvolvam ações de formação, preparação ou mesmo ensaio das atividades propostas para cada um dos programas. No domínio das equipas de implementação de programas de prevenção também se recomenda a diversidade na composição de equipas para que os/beneficiários/as se possam identificar de formas diversificadas com os/as promotores/as das iniciativas.

Por último, o mais crucial do conjunto de recomendações que se relaciona com a absoluta necessidade de ter um conjunto de contatos a nível local ou de acesso remoto, via telefone ou recursos on-line para que pessoas participantes nos programas de prevenção afetadas pelas questões concretas abordadas possam ter, de imediato, acesso a recursos de suporte e intervenção, pelo que promotores/as de iniciativas preventivas devem previamente certificar-se do conjunto de possibilidades de suporte disponíveis a partir de cada contexto de intervenção preventiva.

Outros elementos relevantes são a noção de que todos os programas de prevenção devem ter em consideração fatores de risco e fatores protetores, isto é, não se centram apenas nas situações problemáticas, mas nas soluções e nas potencialidades individuais, dos grupos e das próprias comunidades na procura de soluções e suportes concretos e de que a violência interpessoal não é um acontecimento que envolve apenas os intervenientes circunstanciais, mas que toda a comunidade é responsável e desempenha um papel crucial na prevenção e proteção de sobreviventes. Finalmente, recomenda-se que promotores de iniciativas de prevenção procurem uma linguagem adequada para as faixas etárias e/ou a adaptação cultural das iniciativas a desenvolver.

A partir deste conjunto de recomendações considera-se que quem assuma a missão de organizar, implementar e avaliar programas de prevenção considere que tem o apoio e os recursos para a promoção de iniciativas com sucesso e impacto social.

Programas

2

Zippy's Friends (Programa 1)

2.1

Destinatários

Crianças (5-7 anos).

Fontes

Partnership for Children.[1]

Objetivos

O objetivo do programa Zippy's Friends é promover a saúde mental de crianças, dotando-as de competências sociais e emocionais que serão necessárias para lidar com os problemas que enfrentarão ao longo da sua vida.

Breve Descrição

Zippy's Friends é um dos programas promovidos pela associação Partnership for Children que se foca no desenvolvimento emocional de crianças e na prevenção da violência interpessoal. Este programa foi implementado em 1998 no Reino Unido e existe atualmente em mais de 30 países, incluindo Portugal, tendo abrangido mais de dois milhões de crianças ao longo dos anos.

A associação Escutar tem os direitos de utilização do programa em Portugal (adaptado para Amigos do Ziki) e já abrangeu 1,509 crianças desde o seu lançamento em 2016. Devido às restrições impostas nas escolas associadas à pandemia de COVID-19, o programa foi posto em pausa, sendo esperado retomar no ano letivo 2022-2023.

O programa funciona através de uma coleção de histórias que são contadas às crianças ao longo de 24 sessões de 45 minutos. Estas histórias ensinam lições de vida de uma forma simples e adequada à faixa etária das crianças. Após serem lidas as histórias, realizam-se outras atividades como discussões, jogos, role-plays e desenhos.

Em Portugal, o programa Amigos do Ziki é dirigido a crianças do último ano da educação pré-escolar e o programa Amigos do Maçã (adaptado de Apple's Friends) dirige-se a alunos do 2º ano do 1º ciclo do ensino básico.

As histórias estão divididas em seis módulos sobre Sentimentos, Comunicação, Iniciar e Terminar Relações, Resolução de Conflitos, Lidar com a Mudança e Perda, e Saber Agir. O módulo Sentimentos ajuda as crianças a identificar e regular as suas emoções através de diversas estratégias; o módulo Comunicação ensina-lhes como se devem expressar, ouvir os outros, e como identificar em quem podem confiar quando têm um problema que não têm capacidade de resolver; o módulo Iniciar e Terminar Relações demonstra como manter relações saudáveis e lidar com o seu fim; o módulo Resolução de Conflitos indica como procurar soluções para problemas e como ajudar os outros nesse sentido; o módulo Lidar com Mudança e Perda lida com situações como a morte de entes queridos e mudar de casa; o módulo Saber Agir promove a adaptação e a entreajuda.

1. https://www.partnershipforchildren.org.uk

Temas dos Módulos e Conteúdos das Sessões (1)

Comunicação

↳ Melhorar a comunicação
↳ Escutar
↳ Quem nos pode ajudar?
↳ Diz o que queres dizer

Sentimentos

↳ Tristeza e Alegria
↳ Raiva e Irritação
↳ Inveja e Ciúmes
↳ Nervosismo

Resolução de Conflitos

↳ Reconhecer boas soluções
↳ Lidar com o bullying
↳ Lidar com a morte
↳ Ajudar os outros

Iniciar e Terminar Relações

↳ Melhorar a comunicação
↳ Escutar
↳ Quem nos pode ajudar?
↳ Diz o que queres dizer

Lidar com a Mudança e Perda

↳ A Mudança e Perda fazem parte da vida
↳ Lidar com a morte
↳ Visita a um cemitério
↳ Aprender com a Mudança e a Perda

Saber Agir

↳ Diferentes formas de lidar com dificuldades
↳ Ajudar os outros
↳ Adaptar-se a situações novas
↳ Celebramos juntos

Módulos ↳ Sessões

(1) Adaptado de Amigos do Ziki (Couto, Álvares, Abrantes & Santos, 2022)

Relevância do Programa para a Prevenção da Violência Interpessoal

Este programa foi desenhado com o objetivos primordial de promover a saúde mental e integra várias componentes de prevenção da violência interpessoal;
(a) ensina as crianças a identificar e lidar com as suas emoções, estimulando empatia, que é uma capacidade reconhecida por mitigar a recorrência do uso de violência;
(b) incentiva as crianças a comunicar de forma eficaz, dotando-as de ferramentas de dissolução de conflitos;
(c) estabelece diferentes formas de agir perante um problema e encoraja as crianças a pedir a ajuda quando não tem capacidade de resolvê-lo sozinhas; (d motiva as crianças a intervir e ajudar quando testemunham conflitos entre pessoas à sua volta.

O programa é especialmente importante para o desenvolvimento emocional de rapazes, podendo ajudar a quebrar estereótipos de género prejudiciais para a saúde mental dos mesmos (ex. “os rapazes não choram”).

A personagem Zippy/Ziki, que dá o nome ao programa, é um bicho-pau que vai testemunhando as experiências das crianças nas histórias e que se torna uma figura com quem elas comunicam os seus sentimentos. Para esse efeito os professores e as crianças podem criar as suas próprias versões com diversos materiais.

A realização de atividades coletivas fomenta a cooperação entre os alunos, criando nestas sessões um espaço de partilha e entreajuda face aos problemas que enfrentam no seu dia-a-dia.

Crianças com a personagem Zippy/Ziki (retirado de Arima West Government Primary School, https://lerlewright.weebly.com/).

Resultados

O Zippy's Friends foi reconhecido como um programa efetivo por entidades como a Organização Mundial de Saúde, a OCDE, a Comissão Europeia, entre outros.

Existem múltiplos artigos de avaliação do programa provenientes de variados países que apontam para resultados muito positivos (ex., Clarke, Bunting & Barry, 2014; Denoncourt, 2012; Dufour, Denoncourt, & Mishara, 2011; Holen, Waaktaar, Lervåg & Ystgaard, 2012; Mishara & Ystgaard, 2010; Wong, 2008; Monkevicienė, Mishara, & Dufour, 2006; Žufníček J., Gricová J., Běláček J., Dosoudil P., Čermáková M., Papežová H., 2016).

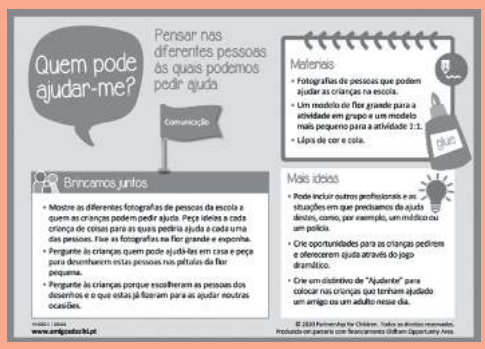
As suas principais conclusões foram que o programa aumentou a autorregulação dos participantes, a sua capacidade de resolução de problemas e a cooperação com colegas. Levou também a um clima de sala de aula mais positivo, diminuiu o impacto na saúde mental e a hiperatividade, agressividade e bullying.

A avaliação dos resultados do programa na Noruega concluiu ainda que o programa promoveu não só as capacidades sociais e emocionais das crianças, mas também as académicas (Holen, Waaktaar, Lervåg & Ystgaard, 2012).

As atividades a seguir apresentadas a título de exemplo podem ser aprofundadas http://amigosdoziki.pt/

Entidades que validaram o programa Zippy's Friends.

Exemplos de Atividades



VIRAJ (Programa 2)

2.2

Destinatários

Adolescentes & Jovens. (14-16 anos)

Fontes

Université Laval, Canadá.[1]

Objetivos

O programa de intervenção e prevenção VIRAJ tem como objetivo diminuir a violência entre os adolescentes e jovens, promovendo a igualdade nas relações interpessoais e nas relações íntimas. O programa igualmente pretende prevenir a violência nos contatos de maior proximidade entre adolescentes, com foco nas relações heterossexuais e na prevenção da violência psicológica e sexual.

Breve Descrição

O programa implica a realização de sessões integradas em contexto de sala de aula. Sugere-se a realização de duas sessões (75 minutos cada, com diferentes temas) com, pelo menos, uma semana de intervalo, para dar tempo aos estudantes de refletir. As sessões focam-se na promoção da igualdade no relacionamento interpessoal e na questão da expressão e manifestação de sentimentos e carinho pelo parceiro/a.

1. https://www.viraj.ulaval.ca/sites/viraj.ulaval.ca/files/viraj_anglais_pdf.pdf

Relevância do Programa para a Prevenção da Violência Interpessoal Psicológica e Sexual

As Sessões

Na primeira sessão aborda-se a prevenção da violência psicológica. Os/as estudantes tomam consciência que a violência se torna uma realidade quando uma pessoa exerce poder e controlo sobre a outra, negando as suas necessidades e opiniões. Pretende-se que os/as alunos/as concluam que numa relação deve existir respeito, de ambas as partes, relativamente às necessidades, opiniões e identidade da outra pessoa envolvida. Após esta introdução, a sessão divide-se em quatro cenários/ temas: (a) a possessividade e o controlo nas relações sociais; (b) o controlo da aparência física; (c) os ciúmes e o controlo das relações sociais e (d) o controlo através de chantagem emocional.

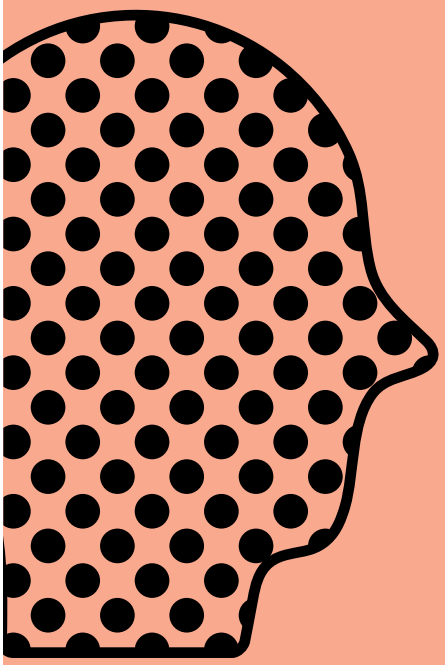
Cada cenário é reproduzido sob a forma de um role-play com situações hipotéticas, em que primeiramente os/as alunos/as observam a equipa de facilitadores a protagonizar cada tema referido, ilustrando as atitudes que se pretendem evitar. Após a atuação dos facilitadores, propõe-se um debate com os/as alunos/as sobre os comportamentos demonstrados na performance. Após o debate, propõe-se a tarefa de recriar o mesmo cenário, mas desta vez com uma dinâmica positiva. Os/as alunos/as recriam a cena, mas desta vez com os comportamentos positivos que deveriam ocorrer nas relações de proximidade ou mesmo de intimidade. Cada tema contém duas encenações e um debate. Posteriormente, é recapitulada a mensagem de cada tema e feita uma reflexão final.

Cenários

As mensagens principais indicam que ninguém deve impedir o/a seu/sua parceiro/a de ver os/as amigos/as e ninguém deve dizer a outra pessoa o que ela deve fazer com o seu tempo livre.

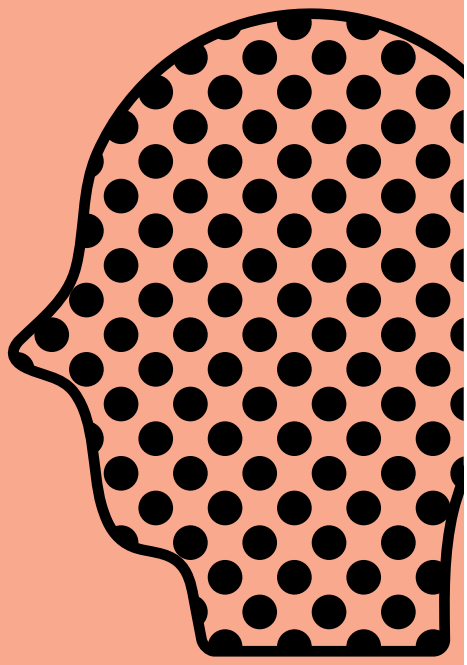
Cenário 1

No primeiro cenário, o objetivo principal é consciencializar que numa relação poderá ser exercido o controlo sobre uma das partes através da possessividade. Este controlo pode manifestar-se de forma psicológica e a partir do isolamento de um/a do/os parceiros/as da sua rede de pares. Neste tema, defende-se que cada pessoa tem o direito de ter relações com os/as outros/as.



Cenário 2

No segundo cenário, o tema principal retrata a forma de controlo sobre a aparência física. Por parte do/a parceiro/a poderá existir um controlo psicológico, controlo através da possessividade e também com a expressão de ciúmes. Numa relação, os dois intervenientes têm o direito de ver as suas escolhas serem respeitadas. Tenta-se transmitir a mensagem de que não cabe a das partes decidir sobre a aparência física e o estilo (roupa, maquilhagem, acessórios, etc.) da outra.



Cenário 4

No quarto cenário, o objetivo é demonstrar como poderá existir controlo através da manipulação de sentimentos.
As mensagens que vão servir de base para discussão são: é inadmissível brincar com os sentimentos e emoções de alguém para ganho próprio, assim como, impor as suas frustrações sobre os outros, a violência não é justificável, isto é, quem age de forma violenta é o responsável pelas suas próprias ações.

Cenário 3

No terceiro cenário, tenta-se retratar a forma como os ciúmes podem ter um impacto na vida social da outra pessoa (ver anexo 1). Existem três tipos de controlo, nomeadamente, o psicológico, os ataques de ciúmes e a limitação da interação com os outros. Aqui, também se defende o direito de ter relações com os/as outros/as. A mensagem transmitida é a que não é aceitável decidir com que o parceiro deve interagir e passar o seu tempo livre.

Exemplo de Cenário da Sessão 1

↳ Ciúmes e o Controlo das Relações Sociais

O Miguel e a Joana estão sentados lado a lado.
A Joana percebe que algo está a incomodar o Miguel.

Joana

Ontem divertiste-te?

Miguel

Ya, foi ok. (Suspira).

Joana

O que é que se passa?
Há meia hora que estás aqui sentado com uma cara triste.

Miguel

É só que ontem andavas a fazer-te lá na festa...

Joana

Eu estava a fazer-me?
O que é que queres dizer com isso?

Miguel

Passaste a noite toda a falar com o João!

Joana

Eu não falei com ele assim tanto tempo!

Miguel

Falaste com ele demasiado tempo. Já estava na dúvida com quem é que tu andavas a namorar, com ele ou comigo...

Joana

Estás maluco?

Miguel

Não estou nada maluco. É óbvio que não te importavas de namorar com ele.

Joana

Miguel, estás com ciúmes?

Miguel

Se estou com ciúmes é porque eu amo-te...

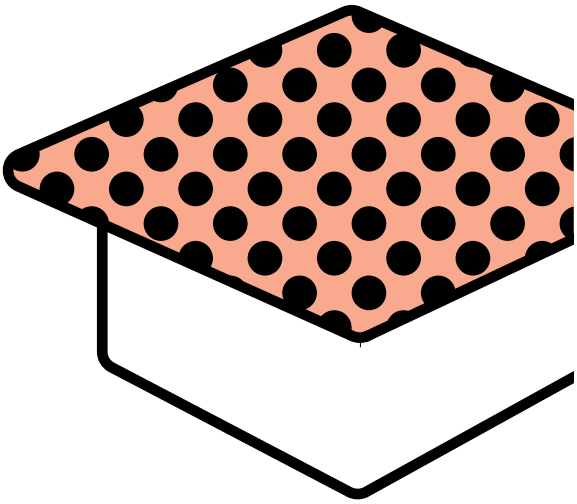
↳ Seguir com a discussão.

A segunda sessão incide sobre a prevenção da violência psicológica e sexual, partindo do pressuposto de que a violência é a posse do controlo. A sessão aborda temas como o respeito pelos direitos e liberdade da outra pessoa, o cuidado mútuo como um aspeto fundamental para relações saudáveis, os tipos de controlo psicológico e a exploração de três role-plays sobre violência sexual.

Esta sessão divide-se em seis cenas que abordam: (a) o controlo através de insultos; (b) a influência, o controlo através de pressão sexual; (c) o controlo através de agressões sexuais; (d) o controlo através de agressão sexual influenciada pelo álcool e (e) o controlo através de difamação.

A segunda sessão abrange os role-plays e também exercícios de visualização e um jogo em grupo. Nos exercícios de são abordados os temas sobre agressão sexual e consistem num momento em que os/as alunos/as assistem a um cenário teatralizado de uma situação de agressão sexual. Posteriormente, é introduzida pelos facilitadores informação concreta sobre o tema abordado e iniciado um debate e reflexão sobre os relatos observados.

No que toca à dinâmica de grupo, esta é posta em prática no último tema do controlo pela difamação em que é proposto aos/às alunos/as começarem um boato sobre qualquer personagem da segunda sessão e a partir daí criar um cenário de cyberbullying e, depois disso, iniciar um debate e reflexão da mensagem presente. No fim, é feita um sumário das ideias-chaves de cada sessão.



Cenários

Cenário 1

A discussão centra-se nos efeitos negativos que os insultos causam numa relação amorosa (ver anexo 2). Assim, estão aqui presentes os tipos de controlo psicológico e o controlo sob a forma de insultos.
A discussão centra-se também na defesa que cada pessoa tem o direito a exigir respeito e a ser valorizado/a. É relevante passar as seguintes mensagens: os insultos são uma forma de violência e uma forma ineficaz de comunicação entre duas pessoas; a repetição contínua de insultos pode levar a uma baixa autoestima;
e que é importante respeitarmos as outras pessoas e que as mesmas retribuam o respeito.

Cenário 2

A discussão da segunda cena tem como objetivo fazer uma distinção clara sobre comportamentos abusivos e não abusivos, e também de esclarecer que a expressão de opiniões não é uma forma de violência quando é feita com respeito. Defende que cada pessoa tem o direito de se expressar e dar opinião acerca das suas relações interpessoais. Procura transmitir a mensagem de que todos nós temos o direito à nossa própria opinião, mesmo que possa divergir das ideias dos nossos pares.

Cenário 3

O objetivo principal é dar ênfase à importância da expressão de limites sexuais e de como o controlo pode ser usado em situações de cariz sexual.
Na discussão estão presentes dois tipos de controlo: violência sexual, pressão e coerção sexual verbalizada. Os direitos presentes na discussão são: cada pessoa tem o direito às suas próprias preferências sexuais, limites sexuais, dizer “não” e a não ser pressionada a ter relações sexuais. Nesta sessão é de extrema relevância passar a mensagem que cada pessoa deve expressar as suas preferências sexuais ao/à seu/sua parceiro/a e que cada um tem o direito de rejeitar certos toques, atos sexuais e relações sexuais.

Cenário 4

O quarto cenário, pretende mostrar a importância do consentimento de ambos os parceiros nas relações sexuais.
Este tema, centra-se num tipo de violência, que é respetivamente a violência sexual.
Aqui, tenciona-se transmitir dois direitos que todas as pessoas têm, nomeadamente, qualquer um/a pode mudar de ideias durante um encontro sexual e ninguém deve se sentir pressionado/a a realizar atividades sexuais. Existem duas mensagens que se pretende trazer para a discussão: mesmo que o/a parceiro/a tenha afirmado que queria ter relações sexuais naquele momento, ele/a pode mudar de ideias à última da hora, e se o/a outro/a parceiro/a não respeitar esta decisão, então considera-se um assalto sexual: o assalto sexual é um crime.

Cenário 6

O objetivo principal é reconhecer os papéis subjacentes, no uso das mentiras, a partir da vingança e do controlo (ver anexo 3).
Existem dois tipos de violência presentes neste tema, nomeadamente, a psicológica, a dos rumores e a das mentiras. Demonstra-se neste tema que o/a parceiro/a tem o direito de ter a sua privacidade respeitada.
As suas mensagens principais a retirar neste cenário são: espalhar rumores é abusar da confiança de uma outra pessoa, e consequentemente, provoca dano na sua reputação; o que é partilhado intimamente numa relação tem de ser respeitado; as pessoas que ajudam a espalhar um rumor têm o mesmo nível de culpa que a pessoa que iniciou o rumor.

Cenário 5

A finalidade divulgar que o efeito do álcool, não é uma desculpa ou justificação, para agredir sexualmente o/a parceiro/a.
Neste cenário, é focado um controlo, particularmente o assalto sexual.
Qualquer pessoa tem o direito de expressar as suas preferências sexuais, de impor limites e de não se sentir pressionado/a a envolver-se em atividades sexuais.
As mensagens chave são as seguintes: o ato de drogar alguém ou pôr uma pessoa num estado inconsciente, a partir do uso do álcool como objetivo para abusar o/a parceiro/a sexualmente, é ilegal e inaceitável; o comportamento de um/a agressor/a, não é justificável, independentemente se estava sob o efeito de drogas/álcool.

Exemplos de Cenários das Sessões

↳ Controlo Sob a Forma de Insultos

A Sofia está à espera... suspirando, ela olha para as horas várias vezes...
Ela atende o telemóvel.

Sofia

Olá Rita. Ya, nós vamos. Estou só à espera do Carlos... Não faço a mínima ideia onde é que ele se meteu.

Sofia

É um abuso! Ele disse que ia estar aqui às sete! Ai, finalmente! Já chegou. Depois falamos...

A Sofia desliga a chamada. O Carlos chega e parece estar stressado.

Sofia

Fazes a mínima ideia do tempo que eu perdi à tua espera?

Carlos

Desculpa, amor. Eu sei que estou atrasado...

Sofia

Bom, devias pedir desculpa. Estás sempre atrasado, é sempre a mesma coisa contigo (diz num tom irritado). És tão estúpido. Não consegues nem ver as horas?

Carlos

Sofia, calma...

Sofia

Como sempre, não entendes!

Carlos

Oh, vá lá.

Sofia

Não temos tempo para discutir.

↳ Seguir com a discussão.

↳ Controlo Através de Mentiras (Jogo de Grupo)

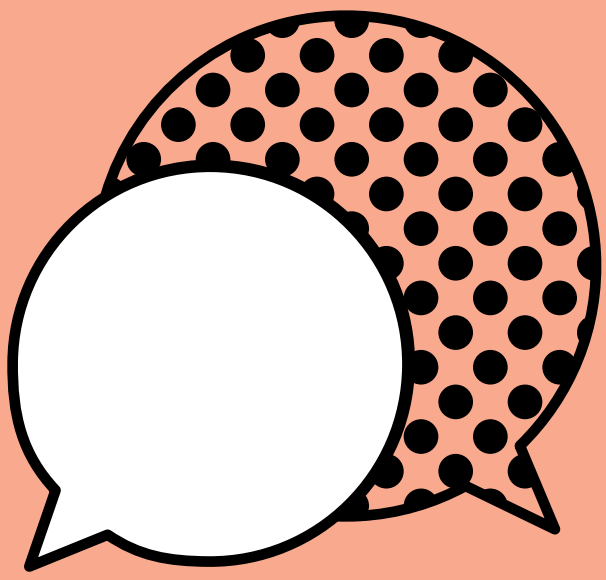
Este jogo de grupo consiste em criar pequeno cenário onde os participantes participem.

Durante o jogo, os participantes têm a tarefa de começar um rumor sobre uma das personagens da sessão dois.

É importante começar por dizer aos participantes que o Carlos e a Sofia acabaram recentemente a relação. A seguir a isto, a Sofia, que será representada porum dos facilitadores, vai começar um rumor sobre o Carlos.

Durante isso, o Carlos vai estar de costas viradas para o grupo e esperar que a cena acabe para ter a sua vez de falar.

Isto ajuda a demonstrar aos participantes que tudo aconteceu nas costas do Carlos e que ele não reparou em nenhum comentário feito sobre ele.



↳ Seguir com a discussão.

PASSAJ (Programa 3)

2.3

Destinatários Jovens (16-17 anos) em contexto escolar.

Fontes Université Laval, Canadá.[1]

Objetivos Ensinar e alertar aos jovens acerca da violência sexual e fornecer-lhes ferramentas para lidar com as situações com que eventualmente se confrontem.

Breve Descrição O PASSAJ é um programa preventivo contra a violência sexual e nas relações de intimidade, inspirado no programa STOP (1990).

O programa é constituído por três sessões de 75 minutos, que consistem na apresentação de situações fictícias inspiradas em testemunhos reais.

O programa adequa-se quer a relações heterossexuais quer a relações homossexuais.

Os valores subjacentes ao programa são:

- Enfatizar a importância de relações interpessoais saudáveis e equilibradas no namoro.
- Expor a violência e atribuir responsabilidade exclusiva ao agressor.
- Comprometer os jovens a fazer parte da solução.
- Garantir a segurança.
- Evitar a descriminação em torno da violência.
- Ser respeitado/a pelo parceiro/a.

1. https://www.viraj.ulaval.ca/sites/viraj.ulaval.ca/files/passaj_complet_en.pdf

Relevância do Programa para a Prevenção da Violência Sexual

Relativamente às sessões do programa, a primeira sessão aborda o controlo nas relações de namoro, tendo como objetivo conseguir que os adolescentes consigam identificar o funcionamento do ciclo da violência no namoro.

A segunda sessão contém quatro cenários que retratam situações de abuso sexual, com intuito de os jovens saberem identificar os seus limites e potenciais situações de abuso.

Na terceira sessão são apresentados três cenários como exemplos de assédio sexual e são sugeridas estratégias de como lidar com estes episódios.

O/a facilitador/a destas sessões deverá ter em consideração alguns aspetos do programa, assim como técnicas e a teoria subjacentes ao programa.

Os resultados do programa PASSAJ, demonstram eficácia na redução na violência sexual e no namoro, uma vez que, após o programa, os adolescentes revelaram possuir mais estratégias para intervir e prevenir, e mais conhecimento acerca desta temática.

Exemplo de Atividade

“Bom dia! Agora vocês vão ter a oportunidade de ver esta cena, no qual, a seguir a esta vamos discutir convosco o conteúdo da mesma, de forma a conseguir perceber as consequências da cena e quais as suas alternativas. Desta forma, temos ali a Marta, o André, e o Sandro.”

À saída da escola, a Marta encontra-se com um amigo de infância. Ambos conversavam animadamente acerca de memória de infância, até que o André, o seu namorado, chega.

Marta

Olá amor! Como estás? Deixa-me apresentar-te o...

André

Vamos. (Diz seriamente).

Marta

Calma André, já vamos! Deixa-me só apresentar-te...

André

EU DISSE “VAMOS”! (Grita, agarrando Marta bruscamente e levando dali).

Marta

André, para! Porque é que fizeste aquilo?! Eu estava a conversa com o Sandro, o meu melhor amigo de infância! (Diz e tenta-se soltar do namorado).

André

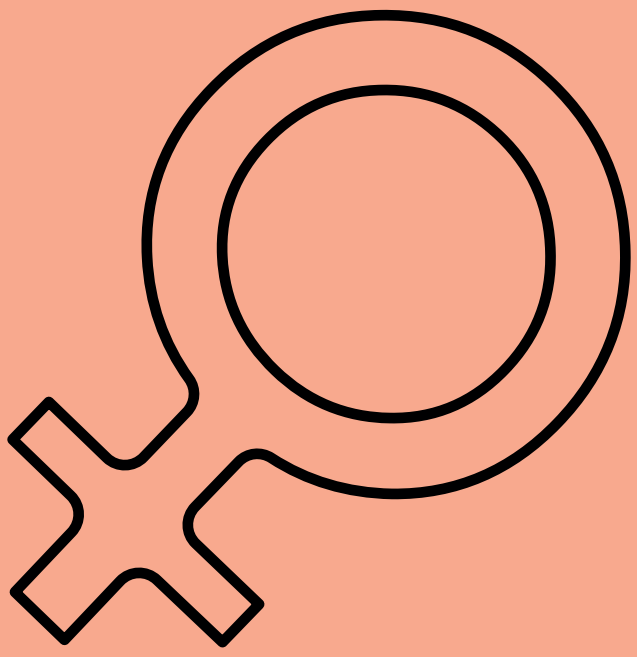
Então o nome daquele palhaço é Sandro, então. Muito bonito! (exclama) O que raio é que estavas a fazer com ele ali?! (Grita, segurando Marta de forma violenta).

Marta

Já te disse, estávamos a conversar! AI! (Exclama, tentando soltar-se de André).

André

Treta! O bacano tinha os olhos cravados em ti, a olhar-te com aquela cara de parvo. – diz com um certo nojo – E tu toda foste na do gajo! Eu vi a forma com olhaste para ele! Estavas danadinha para que ele te beijasse! Tenho a certeza que se chegasse mais tarde encontrava-vos aos beijos! (grita na cara de Marta, em tom de ameaça).



Marta

André, o que é que estás a dizer?! Nós só estávamos a conversar! Larga-me, estás-me a magoar (Exclama, assustada).

André

Não me mintas sua estúpida! – grita – Eu sei o que vi, porra! E não quero ver de novo! Nunca mais vais dirigir um misero olhar aquele gajo, estás-me a ouvir?! Se eu te vir de novo com ele, nem sabes o que te faço! (Grita, levantando a mão a Marta).

“Posto isto, gostaríamos de saber o que vocês viram na cena apresentada. Quais as consequências que vocês atribuem à situação? O que fariam se fossem vocês nesta situação? Que alternativas dispõem para a situação apresentada? O que fariam no lugar do Sandro?”

Coaching Boys Into Men (Programa 4)

2.4

Destinatários

Treinadores/as de qualquer atividade ou modalidade desportiva.

Fontes

Futures without Violence, EUA.[1]

Objetivos

Ensinar aos adolescentes (jovens rapazes) desportistas que violência é sempre errada e que devem tratar sempre as pessoas com respeito.

Breve Descrição

"Treinar rapazes para serem homens" é um programa de prevenção baseado em evidências que treina e motiva os treinadores a ensinar aos jovens atletas do sexo masculino competências de relacionamento saudáveis e que violência nunca é sinónimo de força. O problema da violência na adolescência impacta negativamente o desenvolvimento da saúde e é um precursor da violência doméstica e familiar (Organização Mundial da Saúde, 2014).

O papel dos treinadores: tanto os treinadores como os pais são as pessoas que passam mais tempo com os adolescentes e que se constituem como modelo para eles. Assim, ao observar como a família e os treinadores lidam com as outras pessoas, os adolescentes vão tender a reproduzir esses comportamentos. Os treinadores desportivos desempenham um papel extremamente influente e único na vida dos jovens. Por este motivo, os treinadores podem ser preparados para influenciar positivamente a forma como os jovens pensam e se comportam, tanto dentro quanto fora do campo.

O poder do desporto: o desporto tem uma grande influência na cultura e vida dos jovens. Os princípios do trabalho em equipa e do jogo "limpo" tornam os desportos numa plataforma ideal para ensinar competências de relacionamento saudáveis.

O Coach como Líder: como influenciadores e modelos de comportamento, os treinadores estão posicionados de forma única para ensinar e ser modelos para um comportamento saudável.

1. www.futureswithoutviolence.org/engaging-men/coaching-boys-into-men/

Construir Liderança, Transformar Normas: como líderes, os atletas recebem as ferramentas e o vocabulário de que precisam para defender o respeito e poder influenciar a cultura da escola.

O kit de atividades é composto por:

- CBIM Playbook fornece ao treinador fatos e informações sobre violência nas relações nas relações mais íntimas entre adolescente, cenários de "momentos de ensino" e dicas e táticas sobre como falar com os atletas e responder a comportamentos ou linguagem preconceituosa ou discriminatória.

- Série de cartões CBIM: doze cartões orientam os treinadores para aprender nos debates sobre tópicos relevantes para a prevenção da violência nas relações íntimas ou de namoro. Cada cartão inclui uma introdução, perguntas ao jogador e pontos de discussão e finalização;

- Fichas com dicas de estratégias sobre como começar com o programa e compartilhar mensagens com a comunidade em geral;

- Lista de entidades responsáveis pela prevenção de violência para encaminhamento.

Relevância do Programa para a Prevenção da Violência Sexual

- Comportamento abusivo/ respeitoso e promoção de alternativas saudáveis;

- Atitudes e normas de género (igualdade de género e atitudes e normas positivas e não violentas sobre masculinidade e sexualidade masculina);

- Competências de intervenção dos bystanders (testemunhas) para falar e intervir ao observar/ acompanhar um comportamento desrespeitoso e preconceituoso;

- Formação de 1-3h para treinadores, facilitada por um formador treinado em prevenção da violência.

Resultados

Primários

↳ Maior consciência e reconhecimento de comportamentos abusivos.
↳ Aumento de atitudes equitativas de género.
↳ Maior intenção de intervir.

↳ Coaching Boys Into Men fornece também inquéritos e ferramentas de análise para o ajudar a recolher feedback de atletas e outros treinadores sobre o programa. Ao recolher informação sobre atitudes e comportamentos do programa, poderá preparar-se melhor para temporadas futuras. As ferramentas fornecidas para a formação de treinadores são as seguintes: Para combater a violência, são oferecidas cinco diretrizes:

Secundários

↳ Aumento da intervenção positiva por parte dos bystanders (testemunhas).
↳ Diminuição da perpetração de abuso.

1

A maioria dos homens acredita que a violência contra as mulheres seja errada.

↳ Numa sondagem nacional, dois terços dos homens relataram que acreditam que a violência doméstica e o assalto sexual são bastante ou muito comuns nos Estados Unidos.

↳ 88% dos homens acreditam que a sociedade deveria fazer mais para promover o respeito pelas mulheres e raparigas.

2

Os homens reconhecem o papel que podem desempenhar para enfrentar o problema da violência contra mulheres e raparigas.

↳ Mais de metade dos homens inquiridos (55%) acreditam que podem pessoalmente fazer alguma diferença na prevenção da violência doméstica e da agressão sexual.

3

↳ Os homens estão à procura de formas de se envolverem para prevenir a violência contra as mulheres, mas muitos não sabem como.

↳ Quando lhes perguntaram porque não se tinham envolvido no passado, muitos homens responderam simplesmente que nunca lhes tinha sido pedida ajuda.

4

↳ Os homens estão dispostos a dedicar tempo para se envolverem numa variedade de formas para resolver o problema de violência doméstica e agressão sexual.
↳ 70% dos homens estão dispostos a arranjar tempo para falar com os jovens sobre relações saudáveis e sem violência e dois terços assinariam uma petição ou contactariam funcionários eleitos para os exortar a reforçar as leis contra violência doméstica.

5

↳ Muitos homens já estão a tomar medidas para prevenir a violência contra as mulheres, falando aos jovens sobre relações saudáveis e sem violência.
↳ 68% dos pais falaram com os seus filhos sobre a importância de relações saudáveis e sem violência.
↳ Programa de empoderamento (atletas como modelos de comportamento saudável na comunidade).

↳ McCauley et al. (2013) afirmam a necessidade de continuar um trabalho de prevenção da violência nas relações. Coaches como modelos não parentais têm influência na não violência nas relações dos atletas. A intervenção dos coaches favorece a discussão sobre o respeito e não violência com os atletas. Os/as treinadores/as consideram CBIM um programa válido para a prevenção da violência, notando também mudanças na linguagem, na atitude e nos comportamentos, o que pode influenciar também os pares (Jaime et al., 2015).

Exemplos de Atividades

O que Significa ser um Coach do Programa CBIM?

- CBIM trabalha também pelo empoderamento dos coaches para usarem a sua influência como modelos para comportamentos e relações saudáveis.

- Os líderes do CBIM são caracterizados pela sua capacidade de desenvolver a liderança e o caráter dos atletas. Em baixo estão algumas características que fazem um coach CBIM bem-sucedido, tanto dentro como fora do campo de jogo.

Onde Encontrar Treinadores?

- Contactar treinadores (email ou telemóvel), tentar de encontrá-los na escola;

- Apresentar o programa:
  Individuar a possível conexão primaria com o coach em questão;

  Programa manejável e controlável: mostrar a simplicidade do programa, no fato de levar consigo só uma série de cartas;

  Foco sobre os atletas, sobre os benefícios que o programa pode ter para eles (no evitar comportamentos ou relações que podem mudar a direção da vida deles).

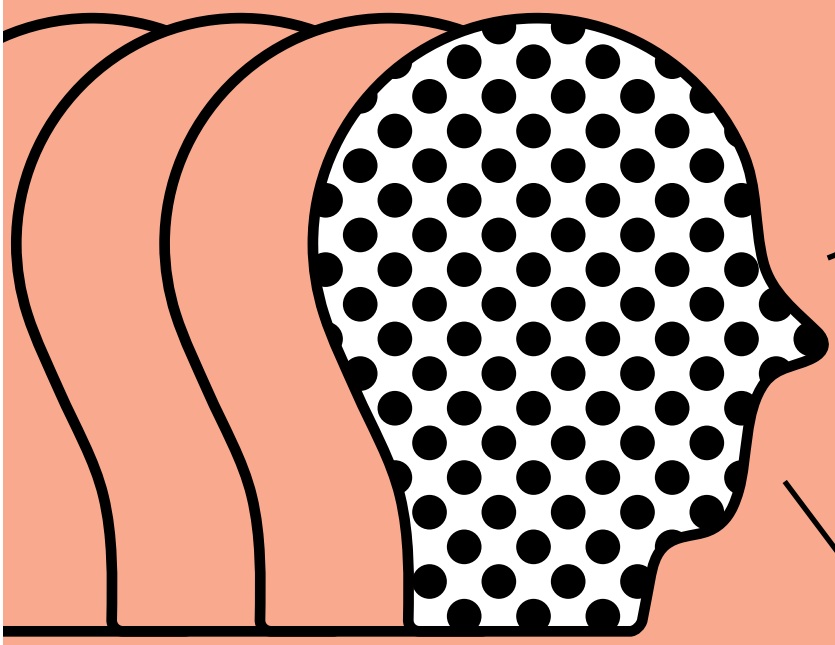
2. Tradução na página seguinte.

Coach CBIM (2)

↳ Dedica-se a desenvolver carater positivo e liderança entre os seus atletas.

↳ Sabe onde encontrar apoio para tópicos difíceis.

↳ Está disposto a aprender como liderar debates interativos com os seus atletas usando a série de cartas do CBIM como guia.



↳ Compromete-se a construir relações fortes com os seus atletas baseado na confiança e respeito mútuo.

↳ Cria um ambiente seguro onde os atletas podem falar abertamente sem medo de julgamento.

↳ Ergue-se pelo respeito. É um modelo para os seus atletas e colegas.

Exemplo 1

Esta formação irá ajudar a:

↳ Entender as tuas regras para a próxima época, tal como chegar a horas, comportamento respeitador, etc.
↳ Antecipar as próximas formações do programa CBIM focadas em construir relações saudáveis e respeito por mulheres e raparigas.

Aquecimento

↳ "Uma vez que estamos no início da época, eu quero falar sobre as vossas responsabilidades nesta equipa e as minhas expectativas em relação a vós. Esta época nós não iremos apenas focar-nos no vosso desenvolvimento como atletas, mas também no vosso desenvolvimento como jovens adultos. Isto inclui como vocês se comportam e tratam os outros, particularmente pessoas com que vocês poderão estar a namorar ou a ter relações sexuais. Cada semana, eu quero falar com vocês sobre algumas destas coisas. A partir de hoje, nós iremos focar-nos em como podemos melhorar-nos e mostrar respeito por nós próprios, pelos vossos colegas, e outros."

Pergunte aos atletas:

↳ O que é que respeito significa para vocês e porque é que é importante?
↳ Como é que mostram respeito aos vossos colegas?
↳ Como é que mostram respeito aos vossos amigos e família?
↳Como é que podem mostrar respeito mesmo a pessoas que não conhecem, como num restaurante ou no centro comercial?
↳ Como é que podem mostrar respeito a alguém mesmo se não gostarem dele?

Tópicos de discussão / conclusão:

1

↳ Eu preocupo-me com a forma como ajo dentro e fora do campo de jogo.

2

↳ Comportamento respeitador significa tratar os outros como eles querem ser tratados. Eu sei que nós não vamos dar-nos bem com toda a gente, mas isso nunca é uma desculpa para agredir alguém fisicamente ou verbalmente.

4

↳ O verdadeiro respeito envolve tudo o que fazem – como falam, como escutam, como agem, como pensam, e como se apresentam a vocês próprios aos outros.

3

↳ O verdadeiro respeito envolve tudo o que fazem – como falam, como escutam, como agem, como pensam, e como se apresentam a vocês próprios aos outros.

6

↳ Se alguém está a ser desrespeitado, digam algo ou vão-se embora para mostrar que não pensam que isso é correto.

7

↳ Se alguém vos estiver a perturbar, digam-me ou a outro adulto em quem confiem.

5

↳ Como atletas, as pessoas irão observar-vos, e muitas irão modelar o vosso comportamento – é muito importante a linguagem que vocês usam, quem apoiam e escutam, como agem, e como vocês tratam as pessoas.

8

↳ Eu quero que vocês mantenham os vossos trabalhos de escola em dia, que sejam educados com os vossos professores, e que mostrem respeito para todos os vossos colegas.

Exemplo 2

Esta formação irá ajudar a:

↳ Discutir e respeitar limites pessoais sobre atividades íntimas e sexuais para criar relações e situações saudáveis e seguras.
↳ Recusar usar pressão, ameaças, ou força em qualquer encontro físico ou sexual.
↳ Opor e prevenir ativamente a ocorrência de violações, coerção sexual, e assédio.

Aquecimento

↳ "A comunicação pode ser desafiante em qualquer relação, mas nunca é mais crítica do que numa situação de intimidade física ou sexual. Independentemente de ser alguém que gostem e conheçam ou alguém que acabaram de conhecer, é extremamente importante que discutam abertamente e respeitem limites pessoais. Criem espaço para vocês e essa pessoa falarem sobre com o que estão confortáveis."

↳ “Se nenhum de vocês se sente inseguro, desconfortável, ou é incapaz de realmente tomar a decisão de se envolver, isso tem que ser respeitado. Situações íntimas e sexuais devem ser sempre seguras, sóbrias, e não violentas.”

pergunte aos atletas:

↳ O que é que consentimento significa para vós?
↳ Como é que determinam consentimento? E se não tiverem certeza com que é que o/a vosso/a parceiro/a se sente confortável?
↳ Que formas de pressão e ameaças podem ser usadas para fazer com que alguém faça algo que não quer fazer?
↳ O que é que podem fazer se notarem que alguém está numa situação perigosa ou não consensual?

Tópicos de discussão / conclusão:

1

↳ O consentimento significa que depois de profunda consideração, vocês e o/a vosso/a parceiro/a concordam e sentem-se seguros com uma situação específica.

2

↳ Perguntem e ouçam o que a outra pessoa quer. Se alguém estiver inseguro ou desconfortável, mostrem respeito e PAREM a situação.

3

↳ Nunca é correto usar pressão ou ameaças para coagir alguém a participar numa situação de natureza sexual.

5

↳ Se alguém diz “NÃO” em qualquer situação de natureza sexual, significa NÃO. Ignorá-lo é errado e contra a lei.

4

↳ Drogas e álcool podem comprometer o julgamento e criar situações perigosas. Alguém que esteve a beber NÃO é capaz de dar consentimento. PAREM imediatamente para que ambos se mantenham em segurança.

6

↳ Situações íntimas e sexuais devem sempre ser consensuais, seguras e respeitosas. Falar sobre desejos e preocupações irá ajudar os dois a sentirem-se confortáveis.

Community Advocacy Program (Programa 5) 2.5

Destinatários

Qualquer cidadã/o da comunidade que queira colaborar na defesa cívica das mulheres sobreviventes de violência doméstica

Fontes

Community Advocacy Project, EUA.[1]

Objetivos

Apoiar mulheres sobreviventes de violência doméstica ou de abuso por parceiro íntimo a retomar o controlo sobre as suas próprias vidas.

Breve Descrição

O Community Advocacy Project baseia-se nas potencialidades das mulheres sobreviventes de violência. As evidências demonstram que este programa diminui o risco de abuso das mulheres e aumenta a sua qualidade de vida, o nível de apoio social e capacidade de aceder aos recursos comunitários de que necessitam.

Trata-se de uma intervenção na comunidade, de curta duração (10 semanas), mas intensiva (4-6 horas por semana). Os "advocates" ou defensores cívicos são formados para apoiar as mulheres a trabalhar nas metas que elas definem e decidem ser importantes para elas. O programa tem gerado resultados positivos quer com mulheres que decidem acabar a relação abusiva, quer com mulheres que decidem manter o relacionamento.

1. https://cap.vaw.msu.edu

Relevância do Programa para a Prevenção da Violência Doméstica

O Community Advocacy Project (CAP) foi desenvolvido pela primeira vez em 1986. O programa foi construído com base na crença de que as comunidades têm uma responsabilidade para com as mulheres sobreviventes de violência doméstica. Não podem ser as mulheres com parceiros abusivos a assumir toda a responsabilidade de se proteger a si mesmas e aos seus filhos.

A defesa cívica implica trabalhar para mudar as políticas, práticas e condições que têm um impacto negativo nas pessoas. A defesa cívica não implica apenas trabalhar com as instituições e profissionais. Os advocates devem também interceder junto das redes de apoio informais das sobreviventes, como família e amigos.

O Community Advocacy Project implica recrutar advocates que trabalhem numa relação de um para um com as sobreviventes, que tenham saído recentemente de uma casa-abrigo, e com as respetivas comunidades, cerca de 6-8 horas numa semana durante 10 semanas.

A maior parte dos serviços de defesa cívica disponíveis para sobreviventes são muito específicos, incidindo sobretudo em temas criminais e jurídicos, ligadas ao divórcio e à custódia dos filhos.

Os defensores cívicos podem apoiar as mulheres nas várias fases do processo judicial, acompanhando-as à polícia ou ao tribunal. Mas não se esgota neste tipo de apoio. Os defensores cívicos são formados paraapoiar as mulheres a obter vários recursos comunitários como habitação, emprego, apoio jurídico, transporte, educação, cuidados das crianças, saúde, bens e serviços, apoio financeiro, serviços para os filhos e apoio social (fazer novos amigos, juntar-se a grupos).

De acordo com inquéritos realizados, as mulheres referem necessitar apoio nos seguintes temas: temas legais (72%), apoios e subvenções do Estado (46%), habitação (40%), finanças (38%), saúde (32%), emprego (30%), imigração (24%) e assuntos relacionados com incapacidade (22%) (Lyon, 2012).

A defesa cívica de âmbito mais alargado resulta na diminuição do risco de repetição de abuso, assim como no acesso a mais recursos da comunidade, maior suporte social e maior bem-estar e saúde mental.

Pressupostos

O Community Advocacy Project baseia-se num conjunto de pressupostos identificados na literatura e na informação das sobreviventes:

Pressuposto 1

↳ A violência masculina doméstica é de tal forma generalizada, que não pode ser atribuída a disfunções intrapsíquicas ou "problemas de relacionamento".

Pressuposto 2

↳ A violência doméstica masculina é tolerada por muitos segmentos da comunidade, incluindo pelo sistema de justiça criminal.

Pressuposto 3

↳ As mulheres com parceiros abusivos geralmente procuram ativamente proteger-se a si mesmas e aos seus filhos.

Pressuposto 4

↳ A resposta da comunidade à violência doméstica é um fator crítico para determinar se uma mulher será vitimizada (e revitimizada) por um parceiro íntimo ou ex-parceiro.

Princípios

A intervenção de advocacy deve ser individualizada para atender às necessidades específicas de cada participante. As intervenções são orientadas pelos seguintes princípios:

Princípio 1

↳ A sobrevivente, não o "advocate", assume a condução da intervenção, definindo em qual a direção e as atividades a desenvolver.

↳ É a sobrevivente que deve assumir o controlo da sua própria vida e assumir as consequências de todas as decisões tomadas; é a sobrevivente que, em última análise, está "ao volante do autocarro" durante a intervenção. O "advocate" limita-se a desempenhar um papel de "pendura" experiente e atento.

↳ A "advocate" deve partilhar os seus conhecimentos e ajudar a sobrevivente a considerar todas as opções e estratégias possíveis, para poder decidir.

↳ Este programa foi elaborado com o intuito de criar mudanças positivas duradouras para as sobreviventes e fornecer às mulheres o conhecimento e as ferramentas de que precisam para fazerem a sua defesa cívica após o término da intervenção. Para tal, os “advocates” devem transferir todos os seus conhecimentos e competências para a sobrevivente durante a intervenção, devendo concentrar-se não apenas nas necessidades imediatas, mas nas necessidades que podem surgir após o término do programa.

Princípio 2

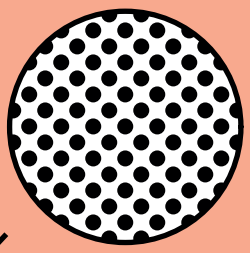
↳ Uma crença fundamental subjacente é a que as sobreviventes são adultos competentes, capazes de tomar decisões acertadas para si próprias. Isso não significa que as mulheres tomem sempre a “melhor” decisão (isto também não acontece com outras mulheres que não sejam sobreviventes de violência).

↳ O papel do “advocate” é tornar a comunidade mais receptiva às necessidades das mulheres. A defesa cívica envolve trabalhar proativamente com a comunidade e com as sobreviventes para que estas tenham acesso aos recursos da comunidade e garantir que os direitos das sobreviventes são respeitados.

Resultados

O risco de revitimização após uma mulher ter estado numa casa-abrigo é elevado nos 3 anos seguintes, sendo reforçado pelos seguintes factores:

Maior Risco



Menor Risco

↳ Ter sofrido abusos nos seis meses anteriores.
↳ Ter dificuldade em aceder a recursos para satisfazer as suas necessidades;
↳ Ter questões pendentes envolvendo a segurança social e o acesso a subsídios.
↳ Ter pessoas nas redes naturais que não as apoiam.

↳ Estas conclusões suportam a hipótese que o acesso aos recursos e ao apoio social constituem fatores de proteção relativamente ao abuso continuado, justificando a importância da defesa cívica das sobreviventes (Sullivan, 2012).

↳ Estiverem empregadas.
↳ Reportarem maior qualidade de vida.
↳ Se as pessoas das suas redes naturais as apoiarem e/ou estiverem disponíveis para falarem com elas.

Exemplos de Atividades (Atividade 1)

Reconhecer Indicadores de Violência Interpessoal nas relações de proximidade e/ou intimidade.

Fontes

↳ Simmons College School of Social Work, Domestic Violence Training Manual[1];
↳ Predictors and Early Warning Signs of Abusive Relationships.

Apresentação

↳ As mulheres sobreviventes da violência doméstica são todas únicas, têm diferentes personalidades, experiências de vida e interações com os agressores. Devemos estar recetivos/as às características e circunstâncias individuais de cada sobrevivente.

No entanto, simultaneamente, constatamos que existem algumas dinâmicas e efeitos dos relacionamentos abusivos que são bastante comuns.

↳ A seguir apresentamos os fatores de risco para os quais devemos estar alerta. Realçamos que a identificação destes fatores não indica necessariamente que estamos perante uma situação de violência interpessoal ou violência doméstica e, pelo contrário, a sua ausência não indica, necessariamente, que não estejamos perante uma situação de violência interpessoal ou doméstica. Há muitas complexidades a ter em consideração.

1. http://www.simmons.edu/ssw/dvtraining/resources/Manual-final.pdf

Indicadores

1

↳ A maioria das sobreviventes expressa algum nível de medo face ao companheiro/ namorado ou parceiro ou qualquer outra pessoa significativa na sua vida. A situação pode variar entre o absoluto terror a uma sensação geral de desconforto ou ansiedade.

2

↳ Algumas sobreviventes podem parecer geralmente ansiosas com coisas que você não espera que causem ansiedade, como fazer um telefonema a partir de casa, chegar atrasada ou deixar alguém saber que falaram consigo.

3

↳ Algumas sobreviventes terão ferimentos visíveis quando estiverem a conversar consigo, ou podem ter um histórico de “acidentes” ou outros ferimentos mal explicados.

4

↳ Muitas sobreviventes são incapazes de manter um grau normal de autonomia pessoal ou privacidade no seu relacionamento íntimo. Uma maneira de isso ficar evidente é se o agressor se intrometer no seu trabalho. Isso pode ser disfarçado como um sintoma de preocupação com o bem-estar da sobrevivente, embora o nível de persistência possa sugerir um sentimento de desespero, raiva ou controle.

5

↳ Algumas sobreviventes vão sempre querer submeter-se ao seu agressor. Isso pode ocorrer até mesmo para coisas simples, como permissão para gastar uma pequena quantia em dinheiro, data e hora de seu próximo compromisso quando tiver transporte próprio ou comprar algo, por exemplo, um de seus filhos precise.

6

↳ Muitas pessoas com histórico de abuso de substâncias também têm histórico de violência doméstica. As drogas podem servir como forma de automedicação ou como forma de estabelecer vínculo com o agressor. Além disso, o abuso de substâncias pode ser algo em que a sobrevivente foi forçada a participar.

7

↳ Muitas sobreviventes terão apoio limitado fora de casa e podem relatar altos níveis de stresse nas suas vidas sem necessariamente identificar a fonte do stresse.

8

↳ Uma sobrevivente pode ter um histórico de repetidas separações e reconciliações com o agressor.

9

↳ Algumas sobreviventes de violência doméstica podem mesmo apresentar-se como homicidas, sentindo que não têm outra maneira de escapar de mais danos do seu agressor.

Perguntas de Reflexão

↳ Já esteve perante alguma ou várias destas situações?
↳ O que aconteceu?
↳ Há outras situações de risco que conheça ou tenha observado/experienciado?

Exemplos de Atividades (Atividade 2)

Comportamentos e Atitudes recorrentes nas Pessoas Agressoras.

Fontes

↳ Council Against Domestic Assault; starting a conversation about abuse.[1]

Tópicos

↳ Os tópicos, a seguir apresentados, não se podem considerar como exclusivos ou mesmo representativos, mas são alguns dos comportamentos e características mais comuns dos agressores.
Se notar estas características em alguém com quem está ou pensa em estar, saiba que estes são sinais de alerta de que pode estar a sofrer de abuso físico, mental ou emocional.

1

↳ Cresceu numa família com padrões de violência? As pessoas que crescem em famílias onde foram abusadas quando crianças ou onde um dos pais (mais frequentemente o pai) bate, podem ter o potencial de se tornar abusivas.
Ao crescerem aprenderam que VIOLÊNCIA É NORMAL.

↳ Quem cresceu em contextos violentos pode alegar que nunca reproduzirá esses padrões, no entanto ter mais dificuldade em prevenir o recurso à violência quando enfrentam problemas de relacionamento ou paternidade.

1. https://www.michigan.gov/msp/services/safetytips/safety-information/domestic-violence-awareness

3

↳ Podem ser cruéis com os animais; esta forma de crueldade com os animais é um comportamento comum de pessoas que também com características abusivas com parceiros/as e filhos/as.

2

↳ Tende a usar a força ou a violência para resolver problemas? Uma pessoa que tem antecedentes criminais por violência, ou que se envolve em conflitos, ou que gosta de agir com dureza, provavelmente agirá da mesma forma com parceiro/a ou filhos. A pessoa tem um temperamento explosivo? Reage exageradamente a pequenos problemas e frustrações, como não encontrar uma vaga para estacionar ou ficar num mau lugar no cinema? A pessoa fica destrutiva quando está com raiva? Dá socos nas paredes ou atira coisas quando se zanga? Qualquer um desses comportamentos pode ser um sinal que reage a sentimentos negativos com violência.

4

↳ Abusa de álcool ou outras drogas? Existe uma forte ligação entre violência e problemas com o álcool. Esteja alerta para um possível problema com bebida/drogas, especialmente se seu parceiro/a se recusar a admitir que tem um problema ou se recusar a obter ajuda.

5

↳ Pensa mal de si mesmo? Não deixa as emoções transparecerem, por exemplo, sentem que precisam “agir como um homem”.

6

↳ Tem ideias fortes sobre os papéis tradicionais de homens e mulheres? Forte convicção de que uma mulher deve ficar em casa, cuidar do homem e seguir seus desejos ou ordens?

7

↳ Fica com ciúmes quando fala com outras pessoas? Amigos? Estranhos? “Fica de olho em si?”; “quer saber onde você está o tempo todo?”; “quer estar o tempo todo consigo, mesmo quando é inconveniente para si?”; “culpam por olhar para estranhos ou quando estranhos falam consigo?”.

8

↳ Espera que siga ordens ou conselhos? Fica zangado/a se você não atende aos desejos ou se não consegue antecipar o que quer?

9

↳ Usa armas, facas ou outros instrumentos que podem magoar ou ferir? Fala em usar armas contra pessoas ou ameaça "se vingar"?

10

↳ Passa por altos e baixos extremos como se fosse duas pessoas diferentes? É extremamente gentil num momento e extremamente cruel no outro?

11

↳ Tratamento rude? Formas de tratamento abusivo com palavras ou gestos rudes?

12

↳ Quando se irrita fica com medo? "Acha que tentar não deixar que fique com raiva se tornou o seu objetivo de vida?".

Exemplos de Atividades (Atividade 3)

Determinar o Risco/Perigo

Fontes

↳ Duluth Domestic Abuse Intervention Project Safety Planning.[1]

Perguntas

Sobre Factos

↳ Ex: "Já ameaçou matar?" (nada nos diz como interpretar o risco) devem ser formuladas de forma a obter respostas de SIM/ NÃO.

↳ É fundamental obter informação clara e diretamente proveniente de quem vive as situações. As perguntas devem ser formuladas de forma a obter respostas de SIM/ NÃO. As perguntas que se seguem estão focadas no reconhecimento do risco/ perigo que as mulheres experienciam em situações de violência.

De acompanhamento

↳ Ex: "Como é que ameaçou?" (remete para o significado que é atribuído à ameaça).

1. https://www.theduluthmodel.org

1

↳ O agressor tornou-se cada vez mais violento/a, bruto/a e/ou perigoso/a? Pode descrever o incidente? O que você acha que essa mudança de comportamento significa?

2

↳ O agressor já lhe bateu de forma a precisar de assistência médica? Pode descrever as lesões? Estas tornaram-se cada vez mais severas? Está preocupada com o que vai acontecer a seguir?

3

↳ O agressor já a estrangulou? Pode descrever o incidente? Perdeu a consciência?

4

↳ O agressor já feriu ou matou um animal de estimação? Pode descrever o incidente? Acha que o fez para a ameaçar?

5

↳ O agressor já ameaçou matá-la? Você pode descrever o incidente? Acredita que está disposto e é capaz de cumprir essa ameaça?

6

↳ O agressor foi sexualmente abusivo consigo?

7

↳ O agressor usou ou ameaçou usar uma arma contra si? Pode descrever o/s incidente/s? Você acha que e pode usar uma arma contra si?

8

↳ O agressor parece preocupado/a ou obcecado/a consigo (por exemplo, segue-a, tenta saber a toda a hora onde está, é muito ciumento/a)? Pode descrever o comportamento?

10

↳ O agressor já ameaçou ou tentou cometer suicídio? Pode descrever o incidente? Como isso a afetou?

9

↳ O agressor aumentou a frequência de agressões à vítima? Pode descrever o padrão?

11

↳ Separou-se ou tentou-se separar do agressor nos últimos doze meses? Pode descrever como foi?

12

↳ Procurou ajuda externa (por exemplo, ordem de proteção, polícia, abrigo, aconselhamento) nos últimos doze meses? Pode dizer-me como ele reagiu?

13

↳ Acha que foi isolada de fontes de ajuda (carro, telefone, família, amigos, etc.)? Você pode dar-me uma ideia de como ele/a responde aos seus esforços para pedir ajuda?

14

↳ O agressor experimentou algum stresse incomum nos últimos doze meses (por exemplo, perda de emprego, morte, crise financeira)? Acha que isso o tornou mais perigoso/a?

15

↳ O abusador bebe excessivamente/tem problemas com álcool? Qual é a relação da bebida que consome com a violência que pratica?

16

↳ O agressor já foi tratado por abuso de álcool/drogas? Como acha que isso afeta o uso da violência?

17

↳ O agressor possui, carrega ou tem acesso imediato a uma arma? Acredita que o agressor a pode ferir gravemente ou matá-la? Sentiu necessidade de proteger o agressor (por exemplo, tentou mudar o conteúdo ou retirar queixas na polícia ou reduzir o teor negativo das acusações)?

18

↳ Até que ponto sabe se o agressor foi abusado quando criança por um membro da família? Tem mais alguma informação sobre este tema?

↳ Esta atividade pode ser realizada com base em situações reais ou discutida em grupo a partir da experiência dos/as participantes.

↳ Com este conjunto de perguntas sobre fatos e perguntas exploratórias podemos, de forma focada, obter um panorama associado a fatores de risco das situações de violência interpessoal.

20

↳ O agressor mostra remorsos ou tristeza pelo incidente? Agressor tem histórico de violência contra outras pessoas (ou seja, pessoas de fora da família)? Você pode descrever o que sabe?

19

↳ Até onde sabe se o agressor testemunhou o abuso físico à sua mãe? Acha que esse facto está ligado ao uso de violência agora?

Orientações Gerais para a Monitorização e Avaliação das Iniciativas de Prevenção

3

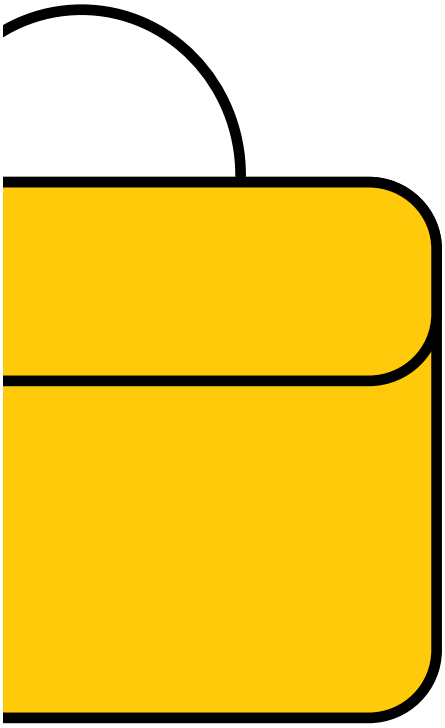
Orientações Gerais para a Monitorização e Avaliação das Iniciativas de Prevenção

A teoria e prática preventiva implicam o reconhecimento da importância da evidência científica para a monitorização e avaliação das ações ou implementação de programas de prevenção. Os contributos de Albee (1993) para a concetualização e análise das intervenções preventivas são cruciais, pois facilitam a compreensão do pensamento preventivo orientado para a efetiva redução da incidência e do impacto das situações sociais negativas.

No que diz respeito à prevenção da violência interpessoal e a sua incidência a nível individual, devemos pensar em iniciativas que promovam o aumento: a) dos conhecimentos, capacidades e talentos individuais; b) dos suportes sociais e c) dos suportes proporcionados pelos recursos do ambiente físico. Deste modo, importa analisar a exposição das pessoas ao que Albee denomina de "os ismos", isto é, aos preconceitos de natureza sexista, racista e etarista. As diferenças de género, em vez de celebradas, são frequentemente analisadas a partir de estereótipos de sentido negativo (ex. "as mulheres são um perigo ao volante"; "quando uma mulher diz não, na verdade quer dizer sim").

As diferenças étnico-culturais têm um impacto negativo na forma como se observa a realidade (ex. “a hipersexualização da mulher brasileira...é uma oferecida!”) e ainda os preconceitos etaristas (ex. “é nova ou velha demais...não sabe o que diz!”). A capacidade de ultrapassar estes estereótipos deve ser disseminada em várias etapas do ciclo vital para que efetivamente as mudanças transformativas possam ser uma realidade.

Ao implementarmos e avaliarmos programas de prevenção, é fundamental ter em conta que o objetivo final é o da redução do sofrimento, da vulnerabilidade e da aceitabilidade social da violência interpessoal e da violência com base no género. Deste modo, o Guia CIG para os programas de prevenção, apresenta um conjunto de indicadores de avaliação que nos parecem pertinentes em termos dos processos de análise da pertinência das intervenções preventivas, quando refere a construção de relações sociais de género e o seu alinhamento com os Direitos Humanos e a Diversidade. Neste Manual procurou-se também demonstrar a multiciplidade de alternativas e a interseccionalidade dos fenómenos



associados aos diferentes sistemas e/ou contextos onde é pertinente implementar programas de prevenção. As questões do equilíbrio nas relações de poder entre mulheres e homens e de que a prevenção é relevante em todas as etapas do percurso vital. A importância do desenvolvimento de recursos de suporte a diferentes níveis, entre pares e na relação com os serviços e/ou suportes disponíveis nas comunidades.

A definição de objetivos e estratégias de implementação implicam a definição de resultados, pelo que todos os exercícios e atividades deste manual podem ser avaliados em teremos do elemento A da equação configural (aumento do conhecimento e capacidade individual), mas também do B e C do aumento da capacidade de intervenção dos/as Profissionais e dos Serviços/Recursos de suporte.

Esperamos que este manual seja útil e relevante para quem nas suas comunidades queira implementar programas e, se entender, aprofundar o estudo e a capacidade de alcançar resultados proativos.

Referências Bibliográficas

4

Referências Bibliográficas (Programa 1)

Links Úteis

Vídeo introdutório com legendas em português
↳ *http://videos.sapo.pt/gGuAyM1Hbzmg7hh3BbKe?jwsource=cl*

Vídeo sobre as experiências dos professores em inglês
↳ *https://youtu.be/dy397cV3xbw*

Recursos gratuitos em português
↳ *https://www.partnershipforchildren.org.uk/uploads/resources/Early%20Years%20resources/Atividades%20para%20os%20primeiros%20anos%20para%20idades%20de%205%20a%208%20anos.pdf*

Recursos gratuitos em inglês
↳ *https://www.partnershipforchildren.org.uk/what-we-do/childrens-wellbeing-activities-for-teaching-staff-and-families.html*

Site Amigos do Ziki
↳ *http://amigosdoziki.pt/*

Site Partnership for Children
↳ *https://www.partnershipforchildren.org.uk/*

Referências

↳ *Clarke, A. M., Bunting, B., & Barry, M. M. (2014). Evaluating the implementation of a school-based emotional well-being programme: a cluster randomized controlled trial of Zippy's Friends for children in disadvantaged primary schools. Health Education Research, 29(5), 786-798. https://doi.org/10.1093/her/cyu047*

↳ *Denoncourt, J. (2012). Le soutien social des enfants de premier cycle primaire: résultats de l'évaluation des effets d'un programme de promotion de la santé mentale en milieu scolaire Les amis de Zippy (Ph. D, Université du Québec à Montréal, Montréal, Canada).*

↳ *Dufour, S., Denoncourt, J., & Mishara, B. L. (2011). Improving children's adaptation: New evidence regarding the effectiveness of Zippy's Friends, a school mental health promotion program. Advances in School Mental Health Promotion, 4(3), 18-28.*

- *Holen, S., Waaktaar, T., Lervåg, A., & Ystgaard, M. (2012). The effectiveness of a universal school-based programme on coping and mental health: A randomised, controlled study of Zippy's Friends. Educational Psychology, 32(5), 657-677. https://doi.org/10.1080/01443410.2012.686152*

- *Holen, S., Waaktaar, T., Lervåg, A., Ystgaard, M. (2012). Implementing a Universal Stress Management Program for Young School Children: Are there Classroom Climate or Academic Effects? Scandinavian Journal of Educational Research. epub ahead of print. https://doi.org/10.1080/00313831.2012.656320*

- *Mishara, B.L., & Ystgaard, M. (2010). Exploring the Potential of Primary Prevention: Evaluation of the Befrienders International Reaching Young Europe Pilot Programme in Denmark. CRISIS , 21(1), 4-7.*

- *Monkeviciene, O., Mishara, B. L., & Dufour, S. (2006). Effects of the Zippy's Friends programme on children's coping abilities during the transition from kindergarten to elementary school. Early Childhood Education Journal, 34(1), 53-60.*

- *Wong, M. (2008). Helping young children to develop adaptive coping strategies. Journal of Basic Education, 17 (1), 119–44.*

- *Czech Republic. http://www.partnershipforchildren.org.uk/uploads/File/Evaluation_Report_ZippysF riends_Czech_Republic.pd*

Referências Bibliográficas (Programa 2)

Links Úteis

Informações adicionais

↳ *https://www.viraj.ulaval.ca/en/viraj-program-0*

Links de vídeos

↳ *https://www.youtube.com/watch?v=ON4iy8hq2hM*

↳ *https://www.youtube.com/watch?v=Wi41cW6Dol4*

Referências

↳ *Hébert, M., Daspe, M., Lapierre, A., Godbout, N., Blais, M., Fernet, M., Lavoie, F. (2017). A meta-analysis of risk and protective factos for dating violence victimization: the role of family and peer interpersonal context. Trauma, Violence and Abuse, 1-17. doi: 10.1177/1524838017725336.*

↳ *Lavoie, F., Vézina, L., Piché, C., & Boivin, M. (1995). Evaluation of a Prevention Program for Violence in Teen Dating Relationships. Journal of Interpersonal Violence, 10(4), 517-525.*

↳ *Trotta, V., Lavoie, F., Perron, G., & Boivin, S., (2011). Évaluation de ViRAJ. Rapport Technique no. 1. Impact du programme révisé de prévention de la violence dans les couples adolescents chez des élèves de 15 et 16 ans: leurs attitudes et leur sentiment d'efficacité. Document inédit, Entraide-Jeunesse Québec, Québec, Canada.*

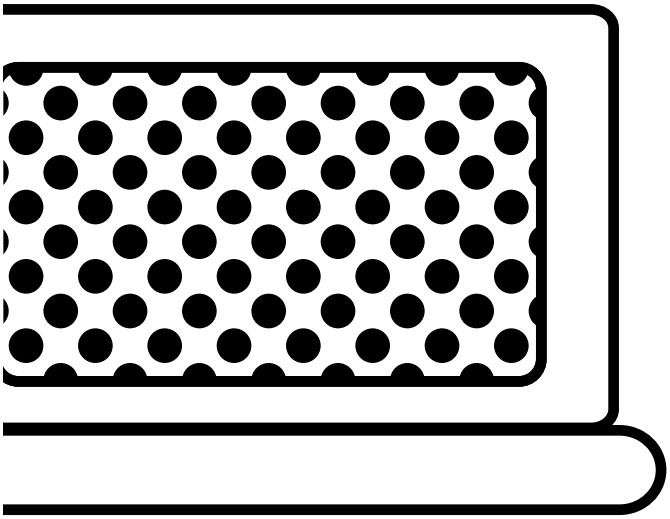
Referências Bibliográficas (Programa 3)

Links Úteis

↳ *https://www.viraj.ulaval.ca/en/passaj-program*

Referências

↳ *Lavoie, F., Vézina, L., Piché, C., & Boivin, M. (1995). Evaluation of a Prevention Program for Violence in Teen Dating Relationships. Journal of Interpersonal Violence, 10(4), 517-525.*



Referências Bibliográficas (Programa 4)

Links Úteis

- *https://www.coachescorner.org/*
- *https://www.coachescorner.org/wp-content/uploads/2016/08/CBIM-Coach-Video.mp4*
- *https://youtu.be/uFcfHBH7Mf8*

Referências

- *Jaime, M. C. D., McCauley, H. L., Tancredi, D. J., Nettiksimmons, J., Decker, M. R., Silverman, J. G., O'Connor, B., Stetkevich, N. & Miller, E. (2015). Athletic coaches as violence prevention advocates. Journal of interpersonal violence, 30(7), 1090-1111.*
- *McCauley, H. L., Tancredi, D. J., Silverman, J. G., Decker, M. R., Austin, S. B., McCormick, M. C., Virata, M. C. & Miller, E. (2013). Gender-equitable attitudes, bystander behavior, and recent abuse perpetration against heterosexual dating partners of male high school athletes. American journal of public health, 103(10), 1882-1887*
- *Miller, Elizabeth, Tancredi et al. (2012). "Coaching Boys into Men": A Cluster-Randomized Controlled Trial of a Dating Violence Prevention Program. The Journal of adolescent health: official publication of the Society for Adolescent Medicine. 51. 431-8..1016/j.jadohealth.2012.01.018.*

Referências Bibliográficas (Programa 5)

Links Úteis

↳ *https://cap.vaw.msu.edu/*

Referências

↳ *Lyon, Eleanor. Impact Evaluation of a Special Session Domestic Violence Intervention Program in Connecticut, 2001-2004. Ann Arbor, MI: Inter-university Consortium for Political and Social Research [distributor], 2012-08-01. https://doi.org/10.3886/ICPSR20361.v1*

↳ *Sullivan, C. M. (2012). Advocacy services for women with abusive partners: A review of the empirical evidence. Harrisburg, PA: National Resource Center on Domestic Violence.*

Referências Bibliográficas (Orientações Gerais)

Referências

↳ *Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género (2020). Guia de requisitos mínimos para programas e projetos de prevenção primária da violência contra as mulheres e violência doméstica. https://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2020/08/172-20_GUIA_REQUISITOS_MINIMOS.pd*

↳ *Albee,G.W.; Ryan-Finn,K.D. (1993) An Overview of Primary Prevention. Journal of Counseling and Development, 72(2), 115-123. https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1993.tb00909.xon Domestic Violence.*

Anexo I

5

Anexo I - Programa 3: Exemplo de Implementação do Programa VIRAJ e os Resultados Obtidos

Objetivos

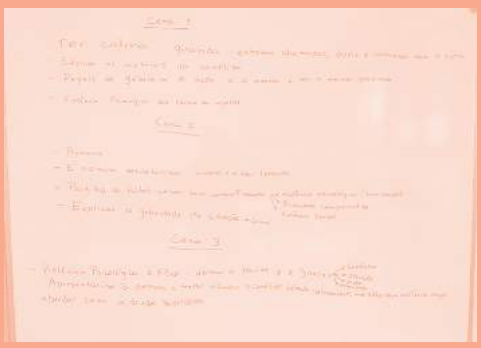
- Apropriação da linguagem e adaptação dos exercícios à forma de ser e estar de cada uma das facilitadoras;
- Adaptação ao desempenho de papeis hostis;
- Treino para suscitar o debate e a participação em contexto de sala de aula;

Evidências das Fases de Preparação e Execução do Programa VIRAJ

Ensaios

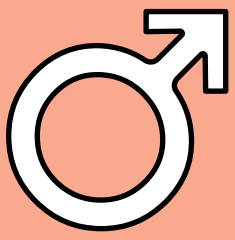
Sessão de validação, preparação avançada das atividades de role-play, com observação e feedback de um grupo de colegas do 2º ciclo de estudos em psicologia sobre postura e formas de comunicação aberta e expressiva com jovens em sala de aula.

Atividade em Sala de Aula e os Contributos dos Alunos de uma Turma do Ensino Secundário



Celebrando com as facilitadoras na escola

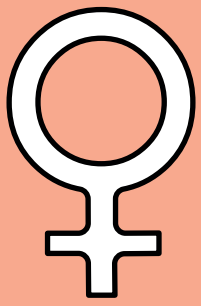
Resultados



9

(35%)

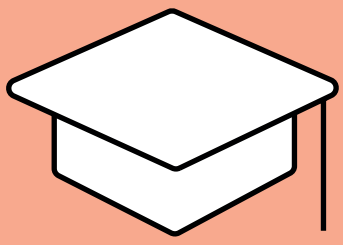
Rapazes



15

(60%)

Raparigas



1

(4%)

Professora

Avaliação dos Participantes das Atividades Desenvolvidas

Todos os participantes afirmaram que recomendariam o programa aos amigos.

Comentários Adicionais

(Participante 19)	"Recomendaria porque entre rapazes existem bastantes conversas inadmissíveis que prejudicam bastante a rapariga em causa".
(Professora)	"Parabéns pelo excelente trabalho!".

1. Nuvem de palavras do feedback dos participantes.

Algumas Respostas dos Participantes às Questões 1,3 e 4 (sem análise de conteúdo)

Apresentação de Conteúdos

↳ "Achei que foi uma boa forma de apresentar sobretudo por causa das representações que ajudam a perceber melhor os conteúdos".

↳ "Achei que foi bem apresentado. Muito interativo divertido e informativo".

↳ "Forma interativa, capaz de captar a atenção. Achei original e é uma boa forma de cativar os ouvintes".

↳ "Foi fixe a parte do teatro gostei do conceito".

↳ "As dinâmicas foram muito bem escolhidas e exploradas com os alunos".

Melhoria de Conteúdos

↳ “Abordar tipos de violência não tão comuns”.

↳ “Talvez mostrar outras situações do dia, embora as que tenham sido apresentadas sejam comuns existem outras também importantes, mesmo para outras idades. Porque se não aprendermos na escola não vamos aprender de todo”.

↳ “Falar também sobre outros tipos de violências (também os não comuns em adolescentes)”.

↳ “Situações por exemplo em relações entre pessoas do mesmo sexo”.

Importância

↳ “Ter ficado a conhecer melhor os tipos de violência, e que a mesma não acontece só no namoro”.
↳ “Compreender os diferentes tipos de violência”.
↳ “Representação de situações que muitas vezes não são reconhecidas como violência”.

↳ “Para mim o mais importante foi o impacto dos rumores. A cena dos rumores, não sabia que isso consistia em algum tipo de violência”.
↳ “As representações que demonstrações que demonstravam os tipos de violência, pois são interativas e ajudam-nos a mentalizar o problema”.

↳ “Saber como reagir às situações apresentadas”. acontece só no namoro”.
↳ “Terem feito encenações, porque acho que terem feito a apresentação de uma maneira visual ajuda a compreendermos melhor a situação”.

↳ “Como resolvermos e atuarmos em relação a estes problemas”.
↳ “O tema abordado acho que é um tema importante de ser discutido”.
↳ “As representações que demonstrações que demonstravam os tipos de violência, pois são interativas e ajudam-nos a mentalizar o problema”.

Quadro-Resumo das Avaliações dos Participantes (questão 2)

	(1)	(2)	(3)	(4)	Média por Item
Satisfação	13 (54.16%)	10 (41,66%)	1 (4,16%)	0	1.44
Controle	11 (45,33%)	11 (45,83%)	2 (8,33%)	0	1,56
Rumores	14 (58,33%)	7 (29,16%)	3 (12,5%)	0	1,48
T. Violência	13 (54,16%)	10 (41,66%)	1 (4,16%)	0	1,44
Facilitadoras	14 (58,16%)	10 (41,66%)	0	0	1,36
Total	65 (54,16%)	48 (40%)	7 (5,83%)	0	1,456

Questionário de Avaliação da Sessão

Sou um/a jovem: **Rapaz** ◯ **Rapariga** ◯ **Outro** ◯

1. Numa pequena frase, diz-nos o que para ti tenha sido mais importante nesta sessão.

2. Assinala que resposta se aproxima mais de como pensas:

   a) Gostei da sessão

   b) Aprendi sobre o controlo nas relações

   c) Aprendi sobre o impacto dos rumores

   d) Aprendi sobre tipos de violência

   e) Senti-me confortável com as facilitadoras

3. Como achas que poderíamos melhorar os conteúdos?

4. Diz-nos o que é que achaste da forma como as facilitadoras apresentaram os conteúdos.

5. Recomendarias este programa aos teus amigos/as? (Sim/Não)

Colaboradores

6

Colaboradores

Carolina Lima

O meu nome é Carolina Lima dos Santos e encontro-me no 3ºano de licenciatura do curso de Psicologia no ISPA. Interessei-me muito em fazer parte da Rede de Pares, pois acho que é muito relevante sensibilizar este tema a todas as pessoas e que cada um de nós saiba os direitos que tem. Espalhar a palavra de como se pode prevenir a violência interpessoal é um dos meus inúmeros objetivos.

Michela Casulla

Sou Michela Casulla; tirei um mestrado na faculdade de Psicologia Comunitária e promoção de bem-estar da Universidade de Padova, onde moro. Fiz um estágio no programa Casas Primeiro, com a associação AEIPS de Lisboa, graças ao programa de mobilidade Erasmus +. Conheci o projeto Rede de Pares durante a minha colaboração com o ISPA e entrei porque acredito firmemente no papel da prevenção entre os jovens. Neste momento, estou a trabalhar em alguns projetos que se destinam a favorecer o bem-estar dos adolescentes nos ensinos secundários da região de Veneto, Itália. Como mulher e como pessoa que acredita fortemente na justiça social e no empoderamento, acho urgente dar o meu contributo para mudar a sociedade e ajudar a consciencializar as pessoas sobre o problema da violência de género.

Ana Raquel R. Fidalgo

Ana Raquel R. Fidalgo, 3º ano, Mestrado Integrado em Psicologia. Sou uma aluna do 3º ano do Mestrado Integrado em Psicologia do ISPA. Decidi juntar-me ao projeto uma vez que se concentra bastante no empoderamento da mulher e na luta contra a violência. Algo que sempre me interessou bastante. Também o facto de me parecer um projeto sério que não tem medo de discutir sobre as problemáticas atuais da nossa sociedade.
Isso foi o que me chamou a atenção. Acredito que seja um projeto bastante relevante uma vez que tenta ao máximo passar para a prática aquilo que se discute na teoria.
Um fator muito importante, a meu ver. Decidi ficar e apostar no projeto quando percebi que, com o mesmo, conseguiria trabalhar, ajudar e aprender mais sobre esta realidade que, infelizmente, muitos vivem. Decidi ficar porque quero contribuir para esta luta pelos direitos, que dura há demasiado tempo.

Beatriz Duarte

O meu nome é Beatriz Duarte, encontro-me atualmente a frequentar o mestrado em Psicologia da Educação, no ISPA. Desde mais nova que sempre mostrei especial apreço pelo tema do “Empoderamento feminino”, acreditando que é uma temática que produzirá em certa medida um futuro igualitário. Por isso, decidi entrar neste projeto, devido aos seus objetivos finais, e aproveitar esta curta aventura, mas poderosa. Nos meus tempos livres gosto de passear, viajar, devorar os doces mais achocolatados, e sobretudo rever e reler milhares de vezes os romances da história do cinema e da literatura.

Medina Habili

Medina Habili Mestrado em Psicologia Comunitária na Universidade de Pádua, onde estagiei na investigação com base no Capability Approach promovida pelo DPSS-Unipd e participei na implementação do projeto “Lavorare insieme per una Città Ideale”, ambos na área da situação de sem abrigo. Encontro-me a colaborar com a AEIPS no projeto-piloto de “Vida Independente”, que proporciona apoio domiciliar para empoderar a autonomia e a recovery das pessoas com experiência de doença mental. Em paralelo participo nas atividades de investigação promovidas pelo ISPA, incluindo o projeto Rede de Pares, pois considero essencial investir na prevenção e orientar as instituições na implementação de políticas públicas que respondam eficazmente às necessidades da população, preservando o respeito pelos direitos humanos.

Miriam Isolde Pedercini

Sou Miriam Isolde Pedercini da Itália, estudei na faculdade de Psicologia Comunitária da Universidade de Padova. No mês de março 2020 comecei o estágio no APPsyCI do ISPA de Lisboa, mas por causa da pandemia tive de voltar para Itália. No 2021, após a graduação no mestrado, decidi voltar uma segunda vez para o estágio no programa Casas Primeiro, com a Associação AEIPS de Lisboa. Colaborando com o ISPA, entrei também no interessante projeto de Rede de Pares. Acho que a prevenção é uma estratégia fundamental para responder ao grave problema da violência de género, ainda demasiado atual. A prevenção representa uma exigência da nossa realidade e uma forma de ação. Como mulher e como pessoa, para mim Rede de Pares representa uma oportunidade de intervir para uma mudança da sociedade, num sentido de justiça e comunidade capaz de ajuda mútua.

Bárbara Marques

Sou a Bárbara Marques e tenho 22 anos. Frequento o 3º ano do Mestrado Integrado em Psicologia, no instituto universitário ISPA e a área pela qual me interesso mais dentro da área onde estudo é a Psicologia Clínica. De momento, integro também o projeto REDE DE PARES, ao qual tive acesso através do programa de desenvolvimento de competências de investigação (DCI). Para mim, estar neste projeto tem sido uma caminhada de constante aprendizagem, assim como uma oportunidade de aceder e intervir em questões tão importante, como a violência entre pares.

Joana Durão

O meu nome é Joana Durão e licenciei-me em Psicologia pelo ISPA. Pretendo adquirir os conhecimentos necessários para trabalhar com vítimas de violência, particularmente crianças e jovens. Atualmente estou a participar no programa de desenvolvimento de competências de investigação através do qual me envolvi no projeto REDE PARES. O que me atraiu para este projeto foi a oportunidade de contribuir para a investigação e divulgação de conhecimento sobre a violência em Portugal. Desde que entrei na REDE PARES ganhei um maior entendimento da importância da prevenção e o seu impacto.

Maria João Conde

Maria João Conde. Licenciada em relações internacionais e ciências psicológicas, mestre em psicologia comunitária e doutoranda em psicologia, com 23 anos de experiência em ambiente associativo, no setor privado, e em ONGs. Trabalha em gestão de projetos e de parcerias nacionais e internacionais na área da violência de género e comunidades migrantes. Tem facilitado vários encontros envolvendo cidadãos e cidadãs e organizações com recurso a metodologias participativas. As principais áreas de interesse são os estudos de género, desenvolvimento comunitário, mudança social e empoderamento de pessoas em situação de vulnerabilidade social.

Dulce Martins

Dulce Martins é doutorada em Educação, na especialidade de Psicologia da Educação, participa em projetos de investigação desde 2012 na UIDEF-IEUL-Universidade de Lisboa e desde 2015 no CIS-Iscte-Instituto Universitário de Lisboa (Iscte-IUL). Foi (2015–2021) membro da equipa do programa Territórios Educativos de Intervenção Prioritária (TEIP) e também docente e orientadora de alunos de mestrado em Psicologia Social e organizacional e administração escolar no Iscte-IUL. Os seus interesses de investigação incidem na temática da aprendizagem, identidade vocacional, desenvolvimento e gestão de carreiras, e educação para a cidadania, em particular com grupos vulneráveis em situação de risco ou de exclusão social.

Maria João Vargas Moniz

Maria João Vargas Moniz Doutorada em Psicologia, Professora Auxiliar e Investigadora no ISPA – Instituto Universitário em Lisboa. Membro da Comissão Executiva do Centro de Investigação em Psicologia Aplicada Capacidades e inclusão – APPsyCI. Representa a Federação Nacional de Entidades de Reabilitação Psicossocial na ENIPSSA, onde é membro da Comissão Executiva e Coordenadora do Grupo de Trabalho da Formação. Desenvolve atividades de formação investigação e intervenção na área da Prevenção da Violência de Género e o apoio a famílias em situação de vulnerabilidade acrescida. É membro do Board da Associação Europeia de Psicologia Comunitária (Presidente 2017–2019).

José Ornelas

José Ornelas Professor Catedrático no ISPA – Instituto Universitário e Coordenador do APPsyCI (Applied Psychology Research Center Capabilities and Inclusion). Coordenador do EEAgrants OC4B11 e investigador Principal do Projeto "HOME_EU: Reversing Homelessness in Europe" (2016–2019 GA/726997). É fundador da AEIPS (Associação para o Estudo e Integração Psicossocial, uma ONG que estuda e desenvolve programas de integração de pessoas com doença mental e em situação de sem-abrigo. Desenvolve trabalho de investigação e intervenção na área da prevenção da violência interpessoal

Como Citar este Manual:

Vargas-Moniz, M.J., Conde, M. J., Martins, D., Casula,M., Duarte, B., Durão, J., Habili, M. Fidalgo, A. R., Marques, B., Pedercini, M., Lima dos Santos, C., & Ornelas, J. (2022). Rede Pares-Violência de Género e Empoderamento: Programas de Prevenção da Violência Interpessoal. ISBN: 978-989-8384-83-6. APPsyCI/Ispa-Instituto Universitário

Financiador:

Iceland Liechtenstein Norway grants

Operador:

CIG
COMISSÃO PARA A CIDADANIA E A IGUALDADE DE GÉNERO
Ministério Adjunto e dos Assuntos Parlamentares

Parceiros:

TAIPA 20 ANOS

CASA do BRASIL de Lisboa

ACVS ASSOCIAÇÃO CABOVERDIANA DE SETÚBAL

Coordenação Técnico-Científica:

Maria João Vargas-Moniz;
Maria João Conde;
e José Ornelas

Colaboração Especial:

Ana Raquel Fidalgo;
Bárbara Marques;
Beatriz Duarte;
Carolina Lima dos Santos;
Dulce Martins;
Medina Habili;
Michela Casula;
Joana Durão;
e Miriam Pedercini

Protocolo de Financiamento:

EEAGRANTS/CIG OC4_B11

Editora:

ISPA – Instituto Universitário

Data de Edição:

Julho de 2022

ISBN:

978-989-8384-83-6

Depósito Legal

00000000

Tiragem

150 Exemplares

Impressão

LouresGráfica

Design Gráfico

Desisto

Tipos de Letra:
Favorit Medium, Favorit Medium Lining
Work Sans Regular, Italic.