

# COMPASS

## Manual para a Educação para os Direitos Humanos com jovens



COUNCIL OF EUROPE



CONSEIL DE L'EUROPE

Media



Paz e Violência



Educação



Nível 3



4 - 30



90 minutos



# A minha vida não é um show!

*Paus e pedras podem partir os meus ossos – mas as palavras também magoam!*

<b>Temas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Media</li> <li>• Paz e Violência</li> <li>• Educação</li> </ul>
<b>Complexidade</b>	Nível 3
<b>Grupo</b>	4 - 30
<b>Tempo</b>	90 minutos
<b>Resumo</b>	Esta atividade tem por objetivo sensibilizar os e as participantes sobre os abusos das tecnologias de informação e comunicação (TIC) em geral e sobre o cyberbullying em particular
<b>Direitos relacionados</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Direito à Liberdade de pensamento, de opinião e de expressão</li> <li>• Direito à não-interferência na privacidade, em família, em casa e na correspondência</li> <li>• Direito a não ser vítima de tratamento desumano ou degradante</li> </ul>
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumentar o conhecimento sobre o uso abusivo de telemóveis e da internet</li> <li>• Desenvolver capacidade de pensar criativamente e de lutar contra os “cibercrimes”</li> <li>• Fomentar a empatia e a solidariedade</li> </ul>
<b>Materiais</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Flipchart e canetas</li> <li>• Lista das frases</li> <li>• Fita-cola ou fita para marcar uma linha no chão</li> </ul>
<b>Preparação</b>	Leiam as dicas para a equipa de facilitação e tenham noção do que é o cyberbullying, como se manifesta e como se enfrenta. Procurem saber se há leis contra este fenómeno no vosso país.

## Instruções

1. Comecem com um brainstorming sobre bullying, pedindo às e aos participantes que, durante alguns minutos, pensem sobre o que é bullying, e sobre como se manifesta. Recolham as respostas e escrevam-nas no flipchart.
2. Repitam o exercício, numa nova folha de flipchart, desta vez pensando no cyberbullying, e as suas diferentes formas.
3. Marquem uma linha no chão com fita-cola, chamando-lhe a “linha do sim”. Peçam aos e às participantes para formar duas linhas, uma em cada lado da “linha do sim”.
4. Expliquem que vão ler algumas frases sobre o cyberbullying e que querem que os e as participantes respondam, mas sem usarem palavras. Se puderem responder “sim” à frase, devem aproximar-se da “linha do sim”. Peçam ao grupo para responder honestamente.
5. Leiam a primeira frase. Deem tempo às e aos participantes para que pensem e respondam. Depois, peçam-lhes que olhem à volta e que se apercebam de quantas pessoas estão na “linha do sim”.
6. Peçam aos e às participantes que voltem ao ponto de partida e leiam em voz alta a segunda frase.
7. No final, reúnam o grupo em plenário e passem ao debriefing e avaliação.

A frase “Paus e pedras podem partir os meus ossos – mas as palavras nunca me irão magoar!” é muitas vezes atribuída às pessoas escravas nos anos da escravatura nos Estados Unidos de América. A ideia era que ter o capataz a limitar-se a mal-dizer e chamar nomes humilhantes era bem melhor do que receber chicotadas.

## Debriefing e avaliação

Comecem comentando as frases e as experiências das pessoas, passando de seguida a falar sobre quão comuns são os diferentes tipos de bullying e como se luta contra estes fenómenos.

- O que é que sabiam sobre cyberbullying antes desta atividade?
- Todas as frases são sérias o suficiente para serem chamadas de cyberbullying? Porquê?
- Há outras formas de cyberbullying que não foram mencionadas?
- Quão comum é o cyberbullying na vossa comunidade e no vosso país?
- Que Direitos Humanos viola o cyberbullying?
- Porque é que as pessoas fazem bullying? Porque é que as pessoas se tornam vítimas?
- Por que razão pessoas que foram vítimas de bullying o fazem a outras pessoas?
- O que pode ser feito contra o cyberbullying? Por parte da vítima? Por parte de outras pessoas?
- O que podemos fazer para nos proteger do cyberbullying?
- Que Direitos Humanos são postos em causa nestas situações?
- O Artigo 19º da DUDH afirma que “Cada pessoa tem direito à liberdade de opinião e de expressão, o que implica o direito de não ser inquietada pelas suas opiniões e o de procurar, receber e difundir, sem consideração de fronteiras, informações e ideias por qualquer meio de expressão”. Deverá haver limites à liberdade de expressão? Se sim, quais são as consequências e quem deve definir os limites? Se a liberdade de expressão não deve ser limitada, quais são as consequências?

## Dicas para a equipa de facilitação

O bullying e o cyberbullying são assuntos sensíveis e devem estar preparados e preparadas para que alguns ou algumas participantes se emocionem ao lembrarem-se de experiências passadas. As pessoas vítimas destes fenómenos sentem culpa e vergonha, não se consideram vítimas e quem comete estes atos pode não se dar completamente conta que o está a fazer. Por isso, antes de abordarem o tema do cyberbullying, preparem-se bem e pensem se querem ou não chamar uma ou um especialista nesta área para vos ajudar.

Exemplos sobre como reagir ao bullying incluem:

- Não responder a mensagens ameaçadoras ou difamadoras
- Por na lista negra endereços eletrónicos
- Mudar de endereço eletrónico
- Mudar o ISP (Internet service provider)
- Mudar o número de telemóvel
- Guardar mensagens abusivas como prova
- Partilhar o problema com alguém de confiança. No caso de crianças, terão de envolver uma pessoa adulta em algum momento.
- Em certas circunstâncias, poderão confortar o ou a bully. Encontrem-se com um mediador ou uma mediadora e tentem ajudar o ou a bully a perceber as consequências das suas ações.
- Em alguns casos, pode ser aconselhável avisar a polícia ou consultar um advogado ou uma advogada.

Exemplos de ações que as pessoas podem fazer para se proteger do bullying:

- Limitar o uso do computador – não estejam sempre online.
- Nunca abrir mensagens de fontes que não conhecem.
- Mudar regularmente a palavra-chave.
- Não incluir muita informação pessoal no perfil.

Não é recomendado retaliar ou seja, atacar quem vos atacou, porque esse comportamento pode levar a ações civis ou acusações de crime.

### DATA IMPORTANTE



8 de Fevereiro  
Dia da Internet  
segura



A aprendizagem mais importante desta atividade para os e as participantes é que é necessário falar e partilhar o problema, independentemente de se ser vítima ou testemunha.

A educação é uma questão chave para evitar que o bullying aconteça e para o travar, quando acontece. Os mecanismos são complexos e as causas são diferentes em todos os casos, mas quer a vítima quer a pessoa perpetradora precisam de perceber as forças sociais e psicológicas para que possam fazer parte da solução. É provável que as pessoas que são vítimas sejam tímidas, sensíveis, ansiosas e inseguras, que tenham pouca autoestima e falta de competências sociais. Os traços físicos que são alvo deste fenómeno incluem ser-se gordo, pequeno, ter alguma deficiência ou ser de uma etnia, religião ou grupo social diferente. As pessoas que fazem bullying fazem-no porque é uma maneira de se sentirem melhores, importantes e a controlar as outras pessoas, podendo achar que isso as torna populares. Bullying também é uma forma de chamar a atenção, de terem o que querem ou de punir as pessoas de quem têm inveja.



### Variações

Muitas das pessoas que foram vítimas de bullying tornam-se perpetradoras, por isso é importante fazer com que os e as participantes pensem na responsabilidade de cada um e de cada uma. Depois de lerem as frases, façam uma segunda ronda com as mesmas frases, mas desta vez do ponto de vista de quem comete bullying, ou seja, as pessoas não se aproximam da “linha do sim”, mas ficam na fila e refletem sobre as questões, por exemplo. “Algum dia abriste o email de outra pessoa sem a sua autorização?” e “Já usaram o telemóvel de outra pessoa sem a sua autorização?”

Se o bullying é um problema sobre o qual os e as participantes já pensaram, talvez seja boa ideia pensar no tema de maneira mais profunda. O teatro fórum é uma boa maneira para desenvolver a compreensão sobre as causas deste fenómeno e sobre como combatê-lo. A cena poderá ser um episódio que algum ou alguma participante ou alguém que conhecem experienciou. Cada grupo deverá escolher um exemplo sobre o qual queiram trabalhar, devendo tentar pensar nas razões que levaram o bully a perseguir a vítima, sobre como o bullying aconteceu, sobre o que aconteceu depois e sobre quais foram as consequências. Os grupos poderão desenvolver o seu trabalho numa pequena peça de teatro a apresentar ao resto do grupo. Depois da performance, repitam a cena final (“quais foram as consequências”) e peçam ao público que faça sugestões sobre ações alternativas que a vítima poderia ter levado a cabo.



### Sugestões para o seguimento

Criem um slogan para uma campanha contra o cyberbullying.

Criem uma política anti-cyberbullying na vossa escola ou associação, ou revejam a política, se já existir.

Poderão também querer explorar outros aspetos da violência através da atividade “Violência na minha vida”, na página 317.



### Ideias para agir

Use as ideias na segunda variante descrita acima e façam a peça noutras turmas, noutros grupos juvenis ou com os vossos pais.

Organizem um debate público na vossa escola ou associação porque talvez os professores, as professoras e os pais podem não ter noção deste fenómeno.

Descubram se há alguma campanha local de informação sobre os riscos do abuso das TIC e descubram como poderão contribuir.



### Mais informação

O cyberbullying é o uso do email, de mensagens, de chats, de telemóveis ou de outras formas de tecnologias de informação para assediar, ameaçar ou intimidar alguém deliberadamente. O cyberbullying pode incluir:

- Fazer ameaças
- Enviar insultos provocadores, raciais ou étnicos
- Atacar com base na orientação sexual
- Tentar infectar o computador de alguém com um vírus
- Encher a caixa de correio com mensagens sem sentido
- Partilhar informações falsas sobre alguém com o objetivo de a magoar ou de destruir a sua reputação
- Isolar a pessoa e convidar as outras pessoas a atacar ou gozar
- Fingir ser outra pessoa para parecer que essa pessoa disse coisas em que não acredita ou que não são verdade.
- Partilhar imagens de alguém, sobretudo em situações embaraçosas, sem a sua autorização.
- Partilhar emails sem a permissão de quem os escreveu.
- Fazer pressão nas outras pessoas para excluir alguém de uma comunidade (online ou off-line)
- Enviar, repetidamente, mensagens cruéis, más ou insultuosas.

O cyberbullying é muitas vezes feito por crianças, mas não se limita a elas. Um dos maiores desafios no combate ao cyberbullying é o facto da pessoa que abusa ser anónima ou anónima, o que a torna difícil de localizar.

Há muitos sites na internet sobre a luta contra o cyberbullying. Usem um motor de busca para procurar iniciativas locais, sendo que os seguintes sites contêm informação geral:

[www.stopcyberbullying.org](http://www.stopcyberbullying.org)

[www.odionao.com.pt](http://www.odionao.com.pt)

#### A Convenção do Conselho da Europa sobre o cibercrime

A Convenção, que entrou em vigor a 1 de julho de 2004, é o primeiro tratado internacional sobre crimes cometidos através da internet e de outras redes de computador, lidando, em particular, com as questões de direitos de autor, fraudes relacionadas com computadores, pornografia infantil e violações da segurança da rede. A Convenção contém também vários poderes e procedimentos como a busca em redes de computador e a interceção. Procurem o tratado 185 em [www.conventions.coe.int](http://www.conventions.coe.int).

#### Frases

- Alguém alguma vez abriu a tua caixa de correio eletrónico sem autorização?
- Alguém alguma vez leu uma mensagem tua sem autorização?
- Alguém alguma vez te enviou mensagens insultuosas, fotografias ou vídeos cruéis, para o teu telefone ou email?
- Alguém alguma vez enviou informação/fotografias/vídeos teus a alguém sem autorização?
- Alguém alguma vez publicou fotografias ou informação sobre ti num site ou rede social sem autorização?
- Alguém alguma vez manipulou/transformou fotografias ou vídeos teus sem autorização?
- Alguma vez deste a tua palavra-chave a alguém?
- Alguém alguma vez te insultou num jogo interativo ou numa chat?
- Alguma vez recebeste chamadas perturbadoras ou cruéis?
- Alguém alguma vez fez comentários desapropriados no teu blog/ redes sociais?
- Alguém alguma vez enviou informação falsa/cruel/rumores sobre ti por email ou SMS?
- Conheces alguém que seja vítima de cyberbullying?
- Sabes se há leis especiais para este tipo de violência?
- Achas que deveria haver limites ao que as pessoas podem publicar na net?
- É justo proibir telemóveis nas escolas?

**O**s Direitos Humanos não podem ser defendidos apenas através de medidas legais; têm de ser protegidos e salvaguardados por todos e todas, incluindo pelos e pelas jovens. A melhor maneira de respeitar e de dar o merecido valor aos Direitos Humanos é conhecendo-os, defendendo-os e aplicando-os na nossa vida.

O COMPASS fornece ideias concretas e atividades práticas a facilitadores e facilitadoras de Educação Não Formal, bem como a professoras e professores com interesse na Educação para os Direitos Humanos. Destina-se a profissionais ou a pessoas voluntárias que pretendem envolver e motivar as e os jovens para aprender, viver e agir para os Direitos Humanos. O COMPASS promove uma perspetiva abrangente da Educação para os Direitos Humanos e vê nos e nas jovens agentes de uma cultura de Direitos Humanos.

O COMPASS é uma ferramenta prática e um recurso para a Educação para os Direitos Humanos e a Cidadania. É um companheiro essencial para quem tem interesse em que a Educação de Direitos Humanos se torne uma realidade para toda a gente.

Esta edição do COMPASS em Língua Portuguesa baseia-se na edição do Conselho da Europa de 2012, incluindo também as revisões e atualizações de 2015. Esta edição foi desenvolvida pela Dínamo – Associação de Dinamização Sócio-Cultural no âmbito do projeto “We Stand for Human Rights!”, cofinanciado pelos EEA Grants (Noruega, Islândia e Liechtenstein), através do Programa Cidadania Ativa, gerido pela Fundação Calouste Gulbenkian.



FUNDAÇÃO  
CALOUSTE GULBENKIAN  
CIDADANIA ATIVA



POR

[www.coe.int](http://www.coe.int)

O Conselho da Europa é a principal organização de defesa dos Direitos Humanos no continente. Tem 47 Estados-membros, 28 dos quais são também membros da União Europeia. Todos os Estados-membros do Conselho da Europa assinaram a Convenção Europeia dos Direitos Humanos, um tratado que visa proteger os Direitos Humanos, a Democracia e o Estado de Direito. O Tribunal Europeu dos Direitos Humanos controla a implementação da Convenção nos Estados-membros.

[www.dinamo.pt](http://www.dinamo.pt)  
ISBN 978-989-99443-1-2

COUNCIL OF EUROPE



CONSEIL DE L'EUROPE