# ETAPA #1/1

TALVEZ TENHAMOS MAIS EM COMUM DO QUE PENSAMOS?

Após verem o vídeo, discutam as perguntas seguintes:

Já tive a experiência de alguém me rotular e pensar que não tem nada em comum comigo? Como vivi esta experiência e como lidei com ela?

Já tive a tendência de rotular outras pessoas e de pensar que são completamente diferentes de mim, para que nada me ligue a elas? Se sim, como lido com isso?

Já tive a experiência de descobrir que o rótulo que atribuí não se aplica à outra pessoa e que afinal temos mais em comum do que eu julgava? Como é que descobri isso?

# ETAPA #1/2

O PERIGO DUMA HISTÓRIA ÚNICA

Após verem o vídeo com Chimamanda Adichie, discutam as seguintes perguntas:

Será que já me aconteceu ter sido definido/a com base numa “história única””?

Se sim, a que histórias tenho sido reduzido/a?

Como as experienciei e como lido com isso?

Quando penso nas minhas relações com as outras pessoas: será que já reduzi outra pessoa a uma história única?

Se sim, como lido com isto?

E: o que me ajuda a abrir a minha mente e a tornar-me aberto/a aos outros, a histórias diferentes acerca de outras pessoas?

# ETAPA #2/1

GENERALIZAÇÕES, PRECONCEITOS E DENIGRAÇÕES: COMO LIDAR COM OS MESMOS?

Após a vossa encenação, reflitam em plenário:

## **PERGUNTA PARA OS DEFENSORES DO PRECONCEITO:**

Como nos sentimos quando eles defendiam um preconceito?

Como experienciámos as reações dos outros?

Que perguntas ou argumentos nos fizeram pensar e duvidar do nosso próprio ponto de vista?

## **PERGUNTA PARA OS OPOSITORES DO PRECONCEITO:**

Como experienciámos a situação e nós próprios?

Que sentimentos nos despertaram os defensores do preconceito?

Fomos capazes de argumentar contra o preconceito?

Que conseguimos?

## **PERGUNTA PARA OS OBSERVADORES:**

Que estratégias foram adotadas pelos defensores do preconceito, que meios utilizaram para argumentar contra os defensores do preconceito e para fazê-los pensar?

Que sentimentos puderam ser reconhecidos entre os participantes? Como é que estes sentimentos se tornaram visíveis?

Que tipo de emoções e reações notámos nos alunos que defendiam o preconceito e naqueles que se estavam a opor ao preconceito? Notámos se as ações duma parte podiam afetar as emoções da outra?

# ETAPA #2/2

GENERALIZAÇÕES, PRECONCEITOS E DENIGRAÇÕES: COMO LIDAR COM OS MESMOS?

### **O que podes fazer se uma pessoa estiver a generalizar e a demonstrar preconceitos?**

Podes questioná-la pedindo-lhe para concretizar e justificar as suas afirmações. Podes perguntar por exemplo: como sabes isto? Onde encontraste essa informação? Podes confrontá-la com factos que contradizem o preconceito. Isto pressupõe, no entanto, que estás bem informado/a e que o outro ainda está aberto a discutir. Uma vez que nem sempre existe esta abertura, nem sempre é possível convencer o outro. Contudo, podes e deves dizer “não”.

### **O que podes fazer quando os preconceitos e as denigrações**

**são expressos de forma agressiva e sentes a outra pessoa poderosa?**

Isto pode causar medo. Por isso, podes aliar-te a outros especialmente a grupos ou ao público. Mas a agressão também pode gerar contra agressão. Então deves tentar manter-te os mais calmo/a possível (por ex. sem gritar) e ao mesmo tempo defender a tua posição de forma bastante firme.

### **O que podes fazer quando os preconceitos**

**e as denigrações são defendidas de forma bastante brusca?**

Isto poderá incitar-te a tornares-te arrogante e a desvalorizar ou a insultar o outro (que desvaloriza os outros). Este facto, fará com que o outro sinta a sua posição validada. Portanto, deves rejeitar o preconceito e a denigração de forma clara e inequívoca, sem diminuir a outra pessoa.

### **Por vezes os preconceitos e as denigrações podem fazer-te sentir violado/a**

**nos teus valores (mesmo quando o preconceito ou a denigração é acerca de outras pessoas).**

Portanto, para uma reação clara e adequada é útil saber o que é importante e valioso para ti. Quanto melhor conhecer os meus valores, melhor saberei defende-los!

**REFLEXÃO**



**Tenta desenhar uma situação, na qual tu**

**ou outra pessoa claramente experimentaram**

**um comportamento que é caracterizado por preconceitos e denigração.**

**Pode ser uma situação real ou mesmo uma banda desenhada. Tira uma fotografia da situação.**

**Anota três afirmações acerca de ti que rejeitarias porque achas que não te descrevem adequadamente como essa pessoa em concreto, ou que não te respeitam enquanto**

**a pessoa individual que és.**