

Iceland
Liechtenstein
Norway

**Active
citizens fund**



HORA DE SER

Sensibilizar e Educar
para os Relacionamento

 FUNDAÇÃO
CALOUSTE GULBENKIAN

 FUNDAÇÃO
BISSAYA BARRETO

PROJETO IMPLEMENTADO POR:

**APAV**
Associação Portuguesa de Apoio à Vítima
Apoyo à Vítima

O QUE É O PROGRAMA HORA DE SER?

É um programa de prevenção da violência interpessoal, que assenta em valores e princípios que promovem a igualdade de género e o respeito pelos direitos humanos. Partindo das causas identificadas na literatura, pretende atuar diretamente sobre alguns dos fatores que podem aumentar (e.g., estereótipos de género) ou prevenir (e.g., aprender a resolver conflitos de forma assertiva e positiva) a ocorrência de violência interpessoal, através da aprendizagem e treino de competências específicas. Desta forma, a Hora de SER pretende ajudar as crianças a estabelecerem relacionamentos interpessoais positivos, baseados na não-violência, na igualdade, na tolerância e no respeito pela diversidade.

PARA QUEM?

O programa é dirigido a crianças entre os 6 e os 10 anos. Envolve também as famílias e os/as profissionais que desenvolvem a sua atividade profissional com crianças desta faixa etária. Pode ser implementado em contexto escolar ou comunitário (e.g., campos de férias, Atividades de Tempo Livres, entre outros).

COMO ESTÁ ESTRUTURADA A HORA DE SER?

Trata-se de um programa estruturado, que contempla 6 módulos independentes, dos quais 5 se destinam exclusivamente à implementação com as crianças – em contexto escolar ou comunitário – e 1 módulo se dedica ao envolvimento da família na prevenção (ver Tabela – Estrutura do programa Hora de SER).

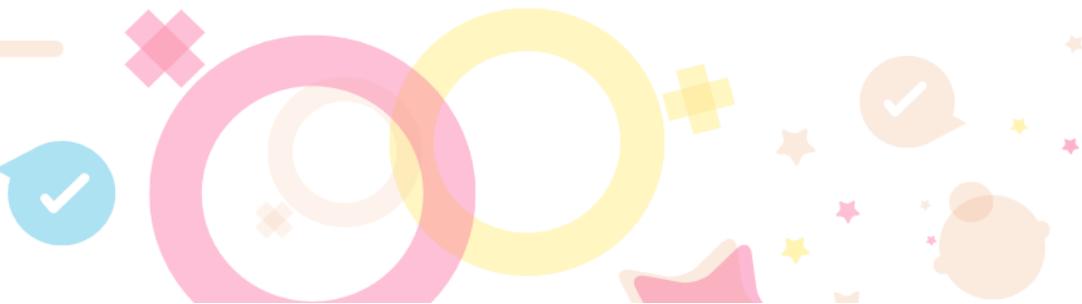
A independência dos módulos possibilita a implementação completa ou parcial/modular do Programa, de acordo com as necessidades identificadas em cada grupo. Se implementado na totalidade, tem uma duração aproximada de 18 horas, considerando as 18 sessões que o compõem, cada uma com duração prevista de 60 minutos. Por sua vez, a implementação parcial ou modular implica sempre a dinamização de, pelo menos, 2 módulos, considerando a obrigatoriedade de realização de um deles (ver Tabela – Estrutura do programa Hora de SER).



ESTRUTURA DO PROGRAMA HORA DE SER

| | | |
|--|--|---|
| Módulo 0 SENSIBILIZAR E EDUCAR PARA O VALOR DO GRUPO | <ul style="list-style-type: none">- Cooperação e partilha;- Individualidade e Diversidade: a importância de cada um/a e de todos/as para o grupo;- Participação e responsabilidade no Contrato de Grupo SER. | 2 Sessões (Obrigatório) |
| Módulo 1 SENSIBILIZAR E EDUCAR PARA A IGUALDADE E DIVERSIDADE | <ul style="list-style-type: none">- Estereótipos e papéis de género;- Igualdade de oportunidades e direitos;- Respeito e valorização da diversidade como algo natural e positivo. | 4 Sessões |
| Módulo 2 SENSIBILIZAR E EDUCAR PARA OS RELACIONAMENTOS | <ul style="list-style-type: none">- Competências emocionais e relacionais;- Gestão positiva de emoções;- Escuta ativa, treino de assertividade e resolução positiva de conflitos. | 5 Sessões |
| Módulo 3 SENSIBILIZAR E EDUCAR PARA OS EFEITOS DA VIOLÊNCIA | <ul style="list-style-type: none">- Não-tolerância a quaisquer formas de violência;- Empatia em relação às vítimas de violência;- A importância do papel da testemunha no apoio à vítima. | 4 Sessões |
| Módulo 4 SENSIBILIZAR E EDUCAR PARA A SEGURANÇA | <ul style="list-style-type: none">- A(s) pessoa(s) adultas de confiança;- Estratégias de segurança em diferentes contextos. | 3 Sessões |
| Módulo 5 SENSIBILIZAR E EDUCAR PARA O PAPEL DA FAMÍLIA NA PREVENÇÃO | <ul style="list-style-type: none">- Envolvimento das famílias na Hora de SER. | 4 Dinâmicas: Tempo para Ser em Família |

A implementação do Programa tem por base o Manual Hora de SER, uma ferramenta estruturada de trabalho desenvolvida pela Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), que apresenta uma breve abordagem teórica acerca das temáticas que serão alvo de intervenção e uma descrição detalhada de todas as atividades que sustentam as sessões da Hora de SER, com instruções e recomendações explícitas. O manual disponibiliza ainda os materiais necessários à dinamização das atividades, salvaguardando a homogeneidade das implementações e contribuindo para a eficácia do Programa. O programa só poderá ser implementado por profissionais previamente formadas/os e certificadas/os pela APAV. Desta forma, é respeitada e garantida a integridade da aplicação do Programa.





As atividades que sustentam as sessões do programa são diversificadas, têm um carácter lúdico e pedagógico e privilegiam o trabalho em grupo, a participação e a experiência das crianças. Promovem, sobretudo, o treino de competências e a aprendizagem por observação de modelos positivos de comportamento, que decorre da observação dos pares e do/a dinamizador/a.

Para mais informações, consulte:
www.apav.pt/horadeser

