



CAPACITAR
para a **CIDADANIA**

MÓDULO

1

“Eu e os outros”



FENACERCI



Ministério da Solidariedade, Emprego e Segurança Social
Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P.

Projeto cofinanciado pelo Programa de Financiamento a Projetos
pelo INR, I. P.





Duração Total: **5,5 Horas**



Objectivo:

Ficar a conhecer-se melhor e a saber relacionar-se com os outros.



Como vamos trabalhar:

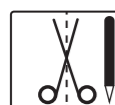
Este módulo divide-se em 3 temas e pode durar até 5,5 horas.



Materiais:

Como é que eu sou (C1,C2, C3), o que mais gosto e o que menos gosto em mim (C4), como gosto e como não gosto de ser tratado pelos outros (C5).

- 1 Guia para o/a dinamizador/a
- Flipchart e canetas coloridas
- 1 Guião de conteúdos
- 1 Apresentação em PowerPoint



Preparação:

Faça cópias dos cartões C1, C2, C3, C4 e C5.

Recorte as palavras de C1, C2 e C3.

Cada grupo deve ficar com um conjunto C1, C2 e C3 e com cartões C4 e C5 para todos os participantes.

Se tem participantes que não sabem ler e escrever, deve ter alguém para os ajudar.

Quem sou eu?

Introduza o exercício. Pode dizer o seguinte:

“Neste módulo vamos falar sobre aquilo que gostamos mais e menos em nós próprios.

Também vamos falar sobre a forma como gostamos de ser tratados pelos outros.

Antes de começarmos gostava de saber se acham que é importante conhecermo-nos a nós mesmos.”

Diga que devem guardar as folhas porque vamos voltar a falar sobre este tema num módulo mais para a frente.

Esta atividade demora cerca de 90 minutos. ■

Atividade prática

Distribua os cartões C4.

Explique como se vai trabalhar. Pode dizer o seguinte:

“Cada um tem um cartão para escrever sobre o que mais gosta e menos gosta em si mesmo.

Não há respostas certas ou erradas. ►

No final, os que quiserem podem partilhar com os outros o que escreveram.”

Dê espaço aos participantes para escreverem o que gostam e o que menos gostam neles próprios.

De seguida, pode dizer qualquer coisa como:

“Agora vou mostrar-vos algumas qualidades boas e menos boas que podemos ter. Se houver alguma que acham que também têm, passem-na para a vossa folha”.

Espalhe as palavras que recortou dos cartões C1 numa mesa ou no chão.

Cada participante deve escolher as palavras que acha que melhor o/a definem.

Depois deve copiar as palavras para os cartões C4.

O/a dinamizador/a deve ajudar quem precisar.

Explique que podem usar palavras que não estejam nos cartões.

Dê entre 45 a 60 minutos para esta atividade. ■

Como é que eu posso estar incluído?

Com a ajuda do powerpoint (slide 5) introduza o exercício.

Pode dizer o seguinte:

“Nesta altura, cada um já viu o que gosta e não gosta em si, as características da autodeterminação que tem e as que não tem, e as características da autorrepresentação que fazem parte de si... certo?!

E, ao partilharmos, percebemos que temos características iguais a outros colegas, mas também temos características diferentes... e isso faz de nós pessoas únicas...

Conseguimos perceber que cada um é único?... Cada um, com a sua forma de ser única, quer (e pode!) INCLUIR-SE na sociedade a que pertence”.

Esta atividade demora cerca de 60 minutos. ■

Como sou tratado?

E como trato as outras pessoas?

Distribua os cartões C5.

Explique como se vai trabalhar. Pode dizer o seguinte:

“Cada um tem um cartão para escrever sobre a forma como gosta de ser tratado e como não gosta de ser tratado pelos outros.

Neste cartão também pode dizer como trata as outras pessoas.

Não há respostas certas ou erradas.

No final, vão partilhar com os outros o que escreveram.”

Dê entre 45 a 60 minutos para esta atividade. ■

Reflexão

Promova o debate e a discussão.

Esta atividade pode durar até 60 minutos. ■