



## 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 o 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.