

6º ano



**Raiz** do  
autoconhecimento





ENCONTRO

01



## Apresentação do projeto: como cheguei até aqui?

### Quem tem Medo do Novo?

Ruth Rocha

**“Quem é que tem medo  
daquilo que é novo?  
Que quando aparece  
a gente se assusta  
porque não conhece?”**

reprodução proibida

**P**ronto, você chegou no 6º ano. E agora? O que acontece daqui para frente? Quantas mudanças estão por vir? Mais professores, mais disciplinas e parece que a cobrança fica maior. Ao mesmo tempo, você também se sente diferente.

Provavelmente, há alguns alunos novos na sua turma, talvez todos sejam novos! Mas a verdade é que, nesse momento, é comum que muitos de vocês estejam apreensivos com o que vem por aí nesse momento de transição.

No encontro de hoje, vamos falar sobre essas mudanças e tentar lembrar como foi o percurso para chegar até aqui. O que mudou na sua personalidade nos últimos anos? É possível que você sinta que algumas características da infância vão ficando para trás, mas ao mesmo tempo ainda não entende muito bem quem vem se tornando. Essa sensação é super normal e o processo de construção da nossa personalidade pode ser muito empolgante, sabia?

Para começar a refletir, pense: o que você gostaria de aprender na escola? Que assuntos gostaria de conversar com seus professores e colegas? Participe, diga o que pensa, preste atenção nas perguntas do proponente e nas falas de seus colegas, elas podem te ajudar a formar opinião sobre assuntos nos quais você ainda nem tinha pensado tanto e sobre aqueles em que você já pensou muito... dê sugestões de atividades, pense profundamente em como é o ambiente escolar perfeito para você. Acredite, se você fizer esse exercício com frequência, pode contribuir para que a escola seja um dos seus lugares preferidos.



**Sugestão de dinâmica:** Em uma folha de papel, escreva - anonimamente - três características suas, físicas ou não. O papel será recolhido pelo proponente e embaralhado. Você receberá um novo papel com as características de outra pessoa. Na sua vez, deve tentar adivinhar quem se descreveu ali.

**DIVIRTA-SE!**





## Cyberbullying

**E**m 2013, Julia Gabriele, de 12 anos, foi exposta e ridicularizada em grupos do Facebook. Suas fotos foram divulgadas acompanhadas de “brincadeiras” muito cruéis sobre seus pelos faciais.

Para piorar a situação, essas pessoas descobriram o perfil pessoal da Julia e passaram a enviar fotos de pinças e aparelhos de depilação. A menina e sua família ficaram muito tristes e não entenderam a razão de tanta agressividade e incômodo com uma característica de outra pessoa. E você, consegue entender? Por que alguém faria isso? O que faz com que alguém tenha prazer em ofender e magoar um indivíduo, desconhecido ou não?

No último encontro, falamos sobre comportamento seguro, vantagens, desvantagens e riscos que encontramos no ambiente virtual. Nesta semana, focaremos em um dos malefícios da internet: o cyberbullying.

Se o bullying já é capaz de causar tanta destruição, o cyberbullying ainda conta com a potência de propagação da internet. Isso quer dizer que, se uma imagem ofensiva viraliza, em muito

pouco tempo consegue chegar a milhares ou até mesmo milhões de pessoas. Por isso é tão importante pensar bem, antes de compartilhar algo. Pode parecer engraçado à primeira vista, mas será que a sua gargalhada compensa o impacto emocional que a “brincadeira” pode causar no outro?



Tweets de Julia Gabriele - Foto: Reprodução/Twitter @JuliaGabriele

## Como evitar o Cyberbullying:

### 1 Procure um adulto

Quando estamos sofrendo algum tipo de assédio, tendemos a achar que a culpa é nossa, que nós provocamos ou facilitamos esse assédio de alguma forma. Isso não é verdade, nada justifica ofender outra pessoa gratuitamente. Não fique esperando o agressor parar por conta própria. Converse com seus pais, um professor, tia, irmão... não guarde e sofra sozinho, explique para um adulto o que está acontecendo.

### 2 Não seja um “cyberbully”

Se você sente prazer ou satisfação quando implica ou agride alguém, procure ajuda. Não podemos escolher o que sentimos, mas podemos trabalhar esses sentimentos e fazer a escolha de não magoar outras pessoas.



reprodução proibida





## Dinâmica das Situações

### O bilhete

**D**urante o recreio, Guilherme percebeu que Bruno e Gustavo estavam escrevendo uma carta para Mariana. Era uma declaração de amor, mas falsamente assinada por Arthur, aluno novo da sala.

Arthur é um menino tímido e fala muito pouco. Quando Guilherme entendeu o que estava acontecendo, pensou em como se sentiria mal no lugar dele. Por isso, perguntou:

Por que vocês estão fazendo isso? Coitado do Arthur, ele vai ficar com muita vergonha.

Bruno respondeu:

– Que frescura, Guilherme! Imagina a cara dele! Com certeza a Mariana vai ficar muito irritada! Vai ser engraçado!

Guilherme não conseguiu entender a graça, mas não gostou de ter sido acusado de estar exagerando, então só riu e voltou para o futebol.

Após o recreio, todos voltaram para a sala de aula. A professora ainda não estava em sala quando Anna, amiga de Mariana, falou bem alto:

– Oooooolha, gente! Mari recebeu um bilhete de amor! Será que o admirador secreto se identificou?

E começou o alvoroço, todo mundo queria saber quem havia escrito a carta. De repente, Anna gritou:

– Gente, é do Arthuuuuuur! Quem diria, hein! Tão quietinho!

Guilherme olhou para Arthur e sentiu-se triste: ele estava muito vermelho e com os olhos arregalados.

O que ninguém sabia é que Arthur tinha crises de ansiedade muito fortes e a “brincadeira” o deixou tão nervoso, que ele vomitou.

Os alunos ficaram assustados com a reação de Arthur e ele começou a chorar. Guilherme o ajudou a se levantar da cadeira e o acompanhou até a enfermaria da escola. Não soube o que dizer, estava com uma sensação esquisita.



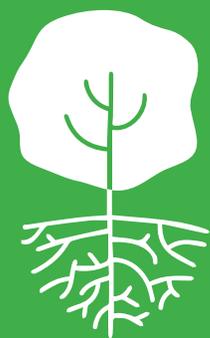
Voltando para a sala de aula, Guilherme começou a refletir: mesmo não participando diretamente da situação, ele estava se sentindo muito mal por não ter impedido que Bruno e Gustavo escrevessem o bilhete. Ficou imaginando como Arthur estaria envergonhado e no quanto também era sua responsabilidade ter ajudado a evitar o que acabou acontecendo. Deveria ter insistido mais para os meninos não escreverem a carta? Deveria ter avisado ao Arthur ou à Mariana que a carta estava sendo escrita?

No encontro de hoje, teremos a Dinâmica das Situações. Esse jogo é composto por diversas cartas que contêm algum cenário hipotético, ou seja, inventado. O participante deve ler a carta em voz alta e dizer o que faria naquela situação. Se alguém discordar da decisão ou da postura, pode levantar a mão e explicar sua própria perspectiva. Encerrada a discussão, o próximo participante deverá pegar uma nova carta e repetir o processo.

**DIVIRTA-SE!**



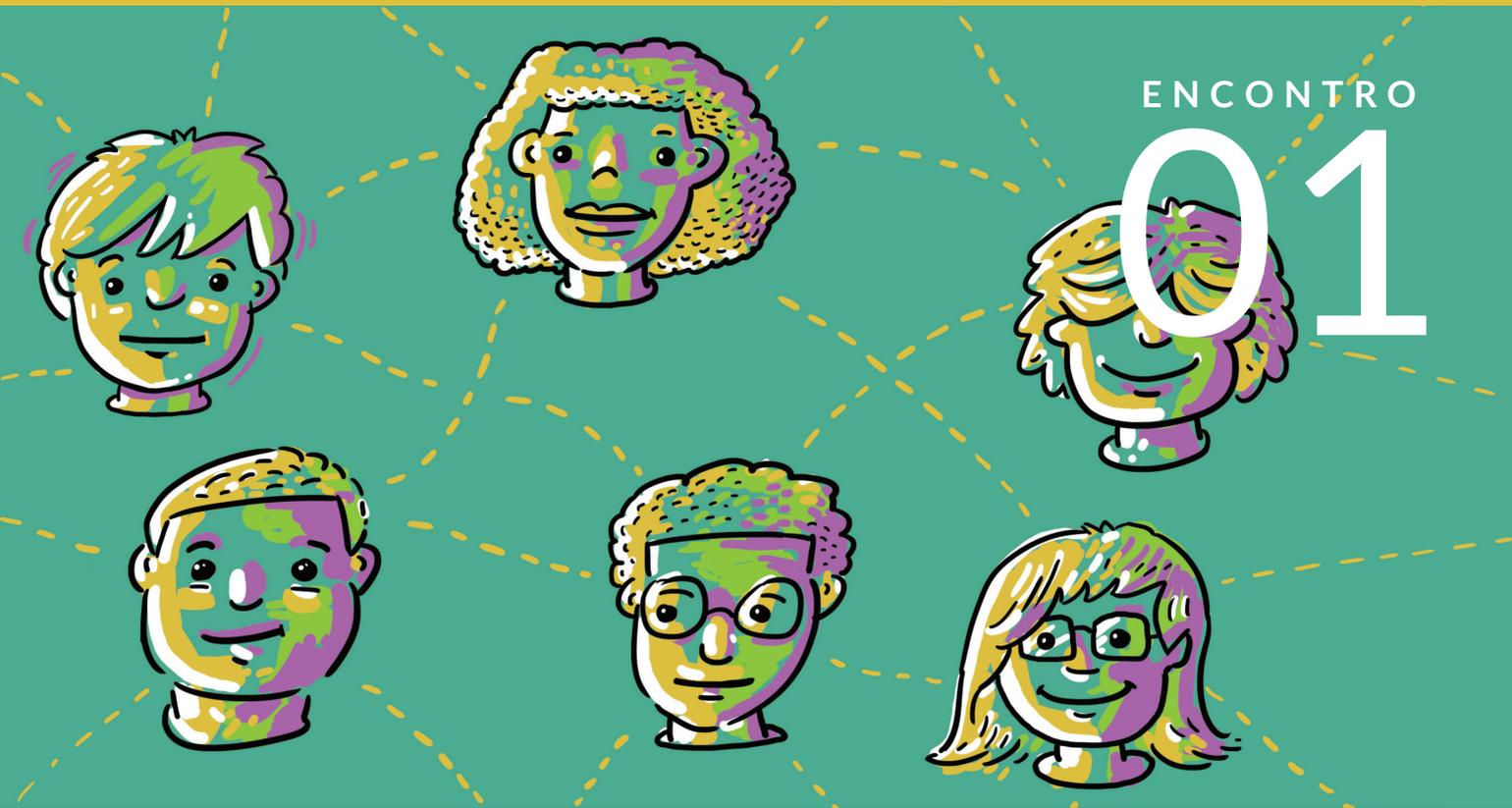
7º ano



**Raiz** do  
autoconhecimento







# Apresentação do projeto: qual é o meu lugar na escola?

## Existe um lugar para cada indivíduo?

**O** que significa chegar ao 7º ano? Na série anterior, você viveu um momento de transição, a chegada ao Ensino Fundamental II: passou a ter mais professores e disciplinas, provavelmente precisou entender como estudar sem a ajuda dos responsáveis e a cobrança também aumentou, tanto em casa, quanto na escola. Será que você já se adaptou? Ou ainda sente que precisa absorver melhor tantas mudanças?

Na vida pessoal, é possível que você tenha passado a pensar mais sobre quem está ao seu lado, ou seja, os amigos que fazemos ao longo da vida. Quem são eles? Você tem mais amigos na escola ou fora dela? Talvez você tenha primos ou irmãos que são seus amigos também. Já pensou no que seus amigos têm em comum? Eles são parecidos ou diferentes entre si?

Você sente que se comporta de forma diferente de acordo com o grupo em que está? Por exemplo, você acha que tende a ser mais extrovertido com o grupo de amigos do seu prédio ou da sua rua e mais tímido com os amigos da escola?



Talvez você esteja pensando que não tem tantos amigos assim. Se você se sente satisfeito com isso, que bom! Algumas pessoas preferem mesmo ter poucos amigos e não há problema algum nisso, é uma escolha que pode mudar ou não. Se você tem poucos amigos e isso causa uma sensação ruim, talvez valha a pena pensar nas pessoas de quem você gostaria de se aproximar. Que tipo de amigos quer fazer? Parecidos com você ou diferentes?

No encontro de hoje, reflita e tente pensar em uma pessoa para cada uma das frases abaixo:

- ✓ Uma pessoa em quem eu confio para contar meus problemas
- ✓ Uma pessoa que sempre me deixa mais feliz
- ✓ Uma pessoa que me ouve com atenção
- ✓ Uma pessoa que me conhece muito bem
- ✓ Uma pessoa que dá bons conselhos
- ✓ Uma pessoa com quem eu brigo/discuto com frequência
- ✓ Uma pessoa que me passa segurança
- ✓ Uma pessoa que eu sinto vontade de proteger
- ✓ Uma pessoa com quem eu gosto de conversar sobre assuntos mais profundos
- ✓ Uma pessoa com quem eu gosto de brincar
- ✓ Uma pessoa muito parecida comigo
- ✓ Uma pessoa muito diferente de mim
- ✓ Uma pessoa com quem me preocupo
- ✓ Uma pessoa que me ama

**DIVIRTA-SE!**





## ***Influencers: a vida "real" e a vida da internet***

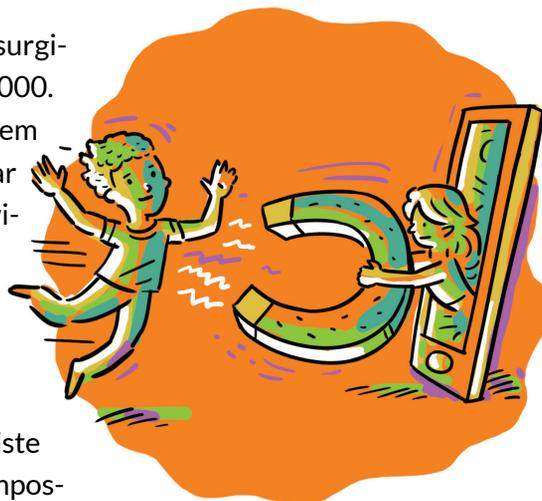
**“O fruto do meu vizinho parece melhor que o meu”.**

Horácio Inácio Crustáceo Sebastião

**A**gora que você já conhece melhor a si e a seus amigos, vamos pensar um pouco sobre as pessoas que você não conhece ou não conhece tanto. Provavelmente, você já teve contato com alguma rede social. Mais ainda, deve até ter uma (ou várias) para acompanhar jogadores de futebol, cantores, atores e outras pessoas que você admira. Além de rolar a tela, curtir e compartilhar, você já pensou mais profundamente sobre a vida de cada uma dessas pessoas?

Antes, vamos voltar um pouco: você sabia que “personalidade” é uma palavra que vem do latim, derivada de “persona”, que primitivamente significa máscara, aparência, ou aquilo que parecemos ser para os outros? A necessidade que temos de passar uma imagem

boa e agradável de nós foi potencializada com o surgimento das redes sociais, em meados dos anos 2.000. Talvez para você seja difícil compreender um mundo sem os “famosos da internet”. Mas você já parou para pensar em quem são aquelas pessoas que postam fotos maravilhosas, em lugares incríveis, comendo coisas que a boca enche d’água só de pensar? Provavelmente a sua conclusão foi que cada uma dessas pessoas tem uma vida sem preocupações, estresses ou obrigações.



Muito além da imagem, dos filtros e dos passeios, existe uma pessoa como nós. O problema é que os padrões impostos pela internet tratam a felicidade como obrigação, o que pode gerar angústia em quem consome o conteúdo. É impossível ser alegre o tempo inteiro ou só fazer coisas legais. Todos nós, sem exceção, vivemos também momentos de tristeza, frustração e desânimo. Por isso, precisamos ter muito cuidado com as redes sociais - já que elas chegaram para ficar e a sua geração, principalmente, passa grande parte do dia nelas.

## Você sabia que...\*

- ▶ O Brasil é o 2º no ranking de países que passam mais tempo em redes sociais?
- ▶ O jovem brasileiro passa em média 1h 30 por dia no Instagram?

No encontro de hoje, reflita:

- ✓ Por que as pessoas querem ser famosas?
- ✓ Como deve ser trabalhar compartilhando seu dia-a-dia?
- ✓ Você gostaria de ser influenciador ou influenciadora digital? Por quê?
- ✓ Você passa mais tempo nas redes sociais do que gostaria?

## DIVIRTA-SE!

\*Fontes:

<https://epocanegocios.globo.com/Tecnologia/noticia/2019/09/brasil-e-2-em-ranking-de-paises-que-passam-mais-tempo-em-redes-sociais.html>

<https://www.corebiz.ag/10-fatos-sobre-o-marketing-de-influencia-para-2020/>





## Autoestima e Comparação

No último encontro, falamos sobre as diferenças entre a vida real e a vida virtual. Já sabemos que é preciso muita atenção com o que consumimos e como interpretamos o que vemos na internet, mas nem sempre a informação é suficiente para transformar o que pensamos ou sentimos: é preciso refletir.

Hoje, vamos discutir a respeito da influência das redes sociais na nossa autoestima. Talvez você nem imagine que grande parte das suas inseguranças pode estar associada às pessoas ou marcas que segue. Você já se sentiu triste depois de ver a foto de alguém na rede social? Já desejou estar naquele lugar ou vestir aquela roupa? Já pensou que sua vida é mais chata ou que você tem menos beleza e carisma do que a maioria das pessoas que te cercam?

Muitos de nós seguimos nas redes sociais influenciadores ou marcas cujas publicações mais parecem anúncios publicitários. E o objetivo é esse mesmo: é comum que por trás dessas imagens bonitas e bem tratadas esteja a venda de um produto. Assim, estamos sempre nos comparando e criando expectativas pouco realistas de como nosso corpo, nosso cabelo, nossas roupas ou nossas vidas deveriam ser.



Somos apresentados a um estereótipo de beleza e estilo de vida difícil de alcançar. Assim, quando vemos que a nossa realidade não corresponde ao que achamos que deveria ser, surge a tristeza. Influenciados pela ilusão do que vemos nas redes sociais, podemos estabelecer para nós objetivos e metas pouco realistas e dificilmente alcançáveis. Dessa forma, quando não conseguimos ser ou possuir o que desejamos, nossa autoestima diminui.

E isso não se limita a pessoas e marcas famosas. Quando passamos muito tempo na internet, temos a sensação de que a vida de todas as pessoas é melhor do que a nossa. Claro! Até acontece de vez em quando, mas dificilmente alguém filma uma discussão com a mãe ou conta que passou dois dias sem tomar banho porque estava com preguiça, né?

Além disso, não é difícil que as pessoas do nosso círculo social ou familiar acabem contribuindo para que nossa autoestima seja enfraquecida, ainda que a intenção seja boa. Por exemplo, quando dizem “seu primo tira notas boas” ou “por que você não age como sua amiga?”, isso faz com que você sinta que é insuficiente ou incapaz, o que dificilmente é verdade.

**O que podemos fazer para não cairmos nessa armadilha? Tente fazer o exercício de pensar nas coisas que você gosta de ter/ser. Anote tudo o que vier à cabeça: características em geral, amizades, família, viagens, momentos, conquistas... tudo que desperte orgulho e satisfação quando você lembra que está na sua vida.**

## O que eu gosto em mim?

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_
- 4 \_\_\_\_\_
- 5 \_\_\_\_\_
- 6 \_\_\_\_\_
- 7 \_\_\_\_\_



8 \_\_\_\_\_

9 \_\_\_\_\_

10 \_\_\_\_\_

11 \_\_\_\_\_

12 \_\_\_\_\_

**DIVIRTA-SE!**

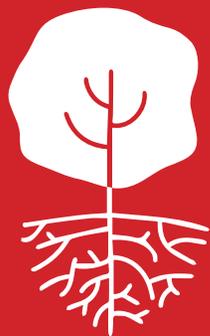
reprodução proibida

Para saber mais, acesse:  
<https://www.bbc.com/portuguese/geral-49353788>





8º ano



**Raiz** do  
autoconhecimento







ENCONTRO

01

## Apresentação do projeto: quem quero ser neste ano? Por quê?

**C**omo é chegar ao 8º ano? Provavelmente, se você comparar o início dos anos anteriores com esse, vai perceber que agora tem muito mais noção do que acontece ao seu redor e do impacto que o entorno tem na sua vida.

É possível que tenha passado a pensar mais em quem é você, em que características compõem a sua personalidade, que tipo de pessoa você vem se tornando. Essa reflexão pode ser bem angustiante às vezes, já que nessa idade as nossas percepções e posturas podem mudar com frequência. E não há nada de errado em mudar de ideia, a adolescência é o momento em que você está preparando a pessoa que será no futuro.

Quanto às amizades, o momento também costuma ser decisivo. Você pode já ter se desentendido com alguém ou, mesmo sem desentendimentos, pode ter sentido interesse em conhecer

reprodução proibida



outras pessoas fora do seu círculo de amizades atual. Você está mudando e seus amigos também, então é natural que as pessoas sigam caminhos diferentes. Isso quer dizer que um amigo com quem você se identificava muito há dois anos, talvez já não tenha tanto a ver com quem você é hoje.

Pode ser que você já tenha se apaixonado por alguém, pode ser que nem tenha pensado muito no assunto ainda, e as duas opções são igualmente possíveis. Fato é que, com certeza, algumas pessoas ao seu redor já estão falando bastante sobre relacionamentos amorosos e isso pode gerar alguma insegurança. Talvez você tenha se olhado mais no espelho nos últimos tempos, talvez esteja prestando mais atenção ao que veste, às formas e transformações do seu corpo.

Esse é o penúltimo ano do ensino fundamental. A responsabilidade e a organização tornam-se cada vez mais necessárias, já que os conteúdos das disciplinas tendem a ser aprofundados. Você está mais perto do ensino médio agora. A ideia de ser definido como “bom aluno” ou “mau aluno” a partir da nota que consegue alcançar, ou a ansiedade que as avaliações são capazes de gerar podem ser questões para você, principalmente se ainda não encontrou um método de estudos que funcione.

**No encontro de hoje, o proponente fará as seguintes perguntas:**

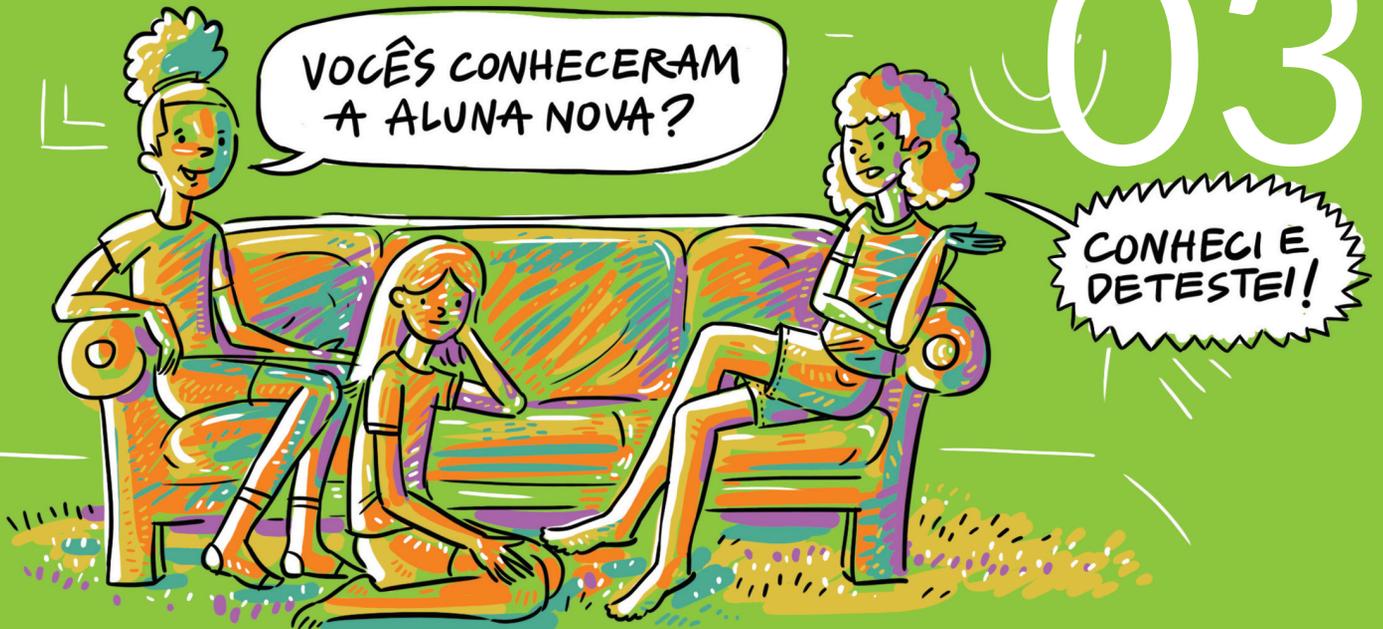
Quem você deseja ser neste ano? O que é necessário para que esse objetivo seja alcançado? Que comportamentos você quer deixar para trás? Gostaria de desenvolver alguma habilidade? Ou ainda: sente que está perdendo alguma coisa que gostaria de manter na sua personalidade ou rotina?

Pense, reflita, ouça o que a turma tem a dizer. Talvez você nem imagine, mas seus colegas de classe podem ter questões muito parecidas com as suas. Falar sobre nossas ideias e sentimentos pode ajudar a diluir as angústias que o processo de amadurecimento traz.

**DIVIRTA-SE!**

ENCONTRO

03



## Antipatia: por que não "gostamos" de algumas pessoas?

**V**ocê se identificou com essa tirinha? A maioria de nós já passou ou passará por uma situação de aversão imediata a outra pessoa. A sensação é parecida: mal somos apresentados e já pensamos "não fui muito com a cara dela/dele". Às vezes, esse sentimento é tão forte que sequer conseguimos dizer uma característica específica que nos incomoda, é apenas um desconforto geral.

Por mais comum que seja essa cena, é importante não nos acostumarmos a ela. Muitas vezes, por antipatia gratuita, deixamos de conhecer ou nos aproximamos tarde de pessoas que são muito diferentes da nossa primeira impressão.

Você pode estar pensando: "ah, mas dificilmente eu erro".

É claro que há momentos em que a nossa sensação de desconforto pode acabar se confirmando depois, mas tendemos a lembrar apenas desses casos e não das vezes em que erramos.

## **Por isso, é essencial que ao menos tentemos identificar a razão de alguém nos despertar antipatia gratuita:**

✓ **Inveja:** às vezes nos sentimos inferiores a algumas pessoas e, por alguma razão, acreditamos que não podemos alcançar as mesmas características. Muitas vezes esse desejo de equiparação pode acabar sendo confundido com a sensação de que o outro tem algo de errado ou que não merece nossa amizade.

✓ **Possessividade:** quando alguém que não fazia parte do grupo a que pertencemos chega ao nosso ambiente (como um aluno novo na escola, por exemplo), muitas vezes essa pessoa tende a despertar antipatia. O sentimento pode vir da sensação de que, com um novo integrante, podemos perder espaço, atenção ou admiração. Ou seja, sentimos medo de “perder” as pessoas que amamos em vez de pensar que pode ser bom agregar um novo amigo ou amiga ao nosso grupo.

✓ **Resistência:** quando uma nova pessoa passa a frequentar nosso círculo social, podemos temer que os hábitos e posturas dessa pessoa possam alterar a dinâmica do grupo. Isso causa insegurança e acabamos decidindo que não queremos nos aproximar, simplesmente pelo medo das mudanças que podem acontecer. A pergunta nesse caso deve ser: “Por que estou com tanto medo de mudar?”

✓ **Identificação:** esse tópico pode parecer difícil, mas é essencial entendê-lo para avaliarmos as razões do nosso desconforto. Muitas vezes, a resposta para o que nos incomoda no outro está em nós. Por isso, não é incomum que pessoas muito parecidas, que teoricamente têm muitas afinidades, acabem desenvolvendo antipatia ou inimizade.

### **Essa identificação pode se dar de duas maneiras:**

**Pelos nossos defeitos** - identificamos no outro uma característica que reconhecemos e não suportamos em nós mesmos. Essa constatação desperta a antipatia. Nesse caso, é possível que estejamos projetando uma frustração com a nossa própria personalidade e autopercepção no outro, que pode estar lutando, tanto quanto nós, para melhorar esse aspecto de sua personalidade.



**Pelas nossas qualidades** - reconhecemos uma virtude em comum e isso nos desperta antipatia. Na maioria das vezes, esse processo se dá pelo sentimento de competição. Por exemplo, se sou uma pessoa engraçada e o novo integrante conta piadas e faz os outros rirem com tanta facilidade quanto eu, sinto-me ameaçado e tendo a rejeitar a possibilidade de alguém ofuscar meu talento ou ganhar a afeição das pessoas que amo.

**No encontro de hoje, reflita:**

**1.** Você se lembra de alguma situação em que sentiu antipatia por alguém e não conseguiu identificar a razão imediatamente? O que você concluiu dessa experiência? Considera que suas impressões se confirmaram, ou foi um erro de percepção?

**2.** Alguém já antipatizou com você gratuitamente? Como você se sentiu?

Tente chegar a conclusões: o que podemos fazer para sermos mais simpáticos ao desconhecido?

**DIVIRTA-SE!**

**Para saber mais, acesse:**

[https://brasil.elpais.com/brasil/2017/03/02/ciencia/1488450156\\_003098.html](https://brasil.elpais.com/brasil/2017/03/02/ciencia/1488450156_003098.html)







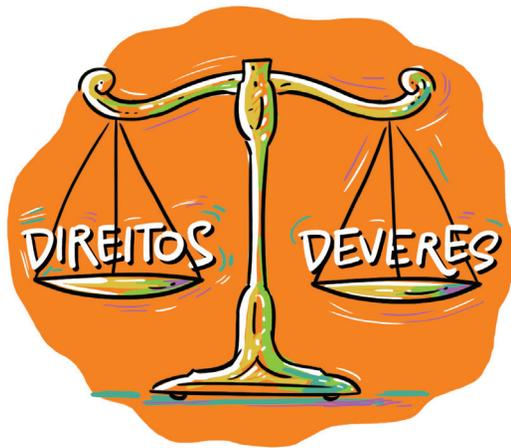
## Família: quem somos?

**“A vida é a arte do encontro, embora haja tanto desencontro na vida”.**

Vinícius de Moraes

**V**ocê já deve ter ouvido que “parece com o seu pai”, que “tem os olhos da sua mãe” ou que “é a cara da sua irmã”, ou que “você não se parece com ninguém”. Mas muito mais do que traços físicos, a família tem grande influência em quem somos. Uma prova disso é que filhos não-biológicos acabam desenvolvendo trejeitos de seus responsáveis e, em alguns casos, acabam até se parecendo com eles. Além das pessoas que moram com você, outras pessoas também são determinantes na sua formação e acabam funcionando como um espelho em quem se guiar: uma avó ou um avô, uma tia ou um tio e primos.

Apesar desta inegável ascendência, é natural que você acabe escolhendo outras pessoas para fazer parte da sua família. Afinal, já sabemos que os laços sanguíneos não são os únicos que aproximam as pessoas.

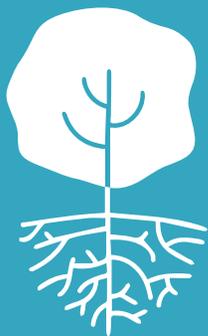


Com uma família grande ou pequena, com irmãos ou não, com dois pais, duas mães, pais casados ou separados, o importante é que ela seja um lugar de conforto e segurança. Sua casa precisa ser um ambiente tranquilo, em que você possa ser ouvido e entendido. É essencial, ainda, que você entenda que além dos direitos, você também tem deveres.

Como é a sua família? No encontro de hoje, se você quiser participar, faça uma lista com todas as pessoas da sua família de que se lembrar. Em seguida, anote ao lado de cada nome pelo menos uma característica em comum que você tem com cada pessoa que listou. Em seguida, o propositor fará algumas perguntas e você pode debater as respostas com a sua turma.

## **DIVIRTA-SE!**

9º ano



**Raiz** do  
autoconhecimento







## Apresentação do projeto: o que eu espero da escola?

**E**sta é a última etapa do Ensino Fundamental. No próximo ano, você irá para o Ensino Médio e essa ideia pode ser um pouco angustiante. As matérias da escola podem começar a ficar mais complexas e a cobrança aumenta. Você já sabe qual método de estudos funciona melhor para o seu ritmo de aprendizado?

É possível que você tenha um grupo de amigos que te acompanha há um tempo e isso pode trazer confiança para enfrentar os próximos desafios e experiências que virão pela frente. Pode ser que você ainda não tenha encontrado pessoas com quem se identifica, ou que esteja chegando na escola agora. Que tipo de pessoas você gostaria de conhecer ou de se aproximar?

Talvez você esteja mais conectado ao que acontece ao seu redor: não só no que diz respeito aos seus amigos e a sua família, mas também às questões da sociedade de modo geral. Com a internet, temos acesso a muitas informações e esse fluxo intenso faz com que tenhamos pouco tempo para refletir sobre o que vemos e ouvimos. Quais são os temas em que você tem pensado nos últimos tempos?

**No encontro de hoje, reflita e discuta com a sua turma e com o propositor:**

- ✓ Quem você quer ser neste ano?
- ✓ Deseja mudar algo na sua postura ou estilo de vida?
- ✓ Você acha que é possível ser feliz na escola?
- ✓ Você gosta de estudar?
- ✓ Que métodos de estudo conhece?
- ✓ Que assuntos você gostaria de tratar na escola?
- ✓ O que gostaria de aprender?
- ✓ Que temas que envolvem a sociedade têm feito você refletir?



**DIVIRTA-SE!**



## Comportamento na Internet

**E**m 2016, o ator Bruno Gagliasso recebeu mensagens em seu perfil do Instagram com ofensas racistas direcionadas à filha. Imediatamente procurou a polícia e, em menos de um mês, a investigação chegou a uma adolescente de 14 anos, moradora de São Paulo.

Ela teria criado o perfil com o nome e as imagens de uma amiga, que ficou extremamente traumatizada, já que acabou sofrendo ameaças, quando o perfil falso foi encontrado. Na delegacia, perguntada sobre a motivação de ter feito aquilo, a adolescente que cometeu o crime respondeu apenas que “queria zoar a amiga”.

Não precisamos dizer o quanto é absurdo escrever ofensas a uma criança ou a qualquer outra pessoa por conta da sua cor de pele, então hoje vamos focar na amiga que teve sua identidade roubada: já imaginou como seria se acontecesse com você? Que consequências tem uma “brincadeira” como essa? Você já tinha parado para pensar no quanto é fácil prejudicar e ser prejudicado no ambiente virtual?

A adolescente que cometeu o crime foi julgada de acordo com o Estatuto da Criança e do Adolescente. Isso mostra que, apesar de ainda haver muitos casos impunes, já existem meca-

nismos que possibilitam a resolução de crimes virtuais. Dessa forma, vale a pena pensar: que postura devo assumir na internet, principalmente em redes sociais, para que meu acesso seja sempre seguro?

## DICAS DE COMPORTAMENTO SEGURO NA INTERNET

### ✓ Evite publicar fotos íntimas suas ou de qualquer outra pessoa

Procure refletir bastante antes de postar uma foto íntima. Há muitos casos de pessoas que tiveram suas imagens roubadas e utilizadas em sites de pedofilia ou associadas a perfis e contas falsas.

### ✓ Não revele dados pessoais

Isso vale para telefones, endereços residenciais ou da escola.

### ✓ Não adicione desconhecidos

É muito importante adicionar apenas pessoas que conhecemos e quando temos certeza de que aquele perfil é verdadeiro.

### ✓ Não marque encontros com qualquer pessoa (principalmente se for desconhecida) sem avisar aos pais

Essa atitude traz muitos riscos, inclusive de morte. Você nunca sabe quem se esconde por trás de um perfil de rede. Na internet, é possível se passar por qualquer pessoa, e é aí que mora o perigo.

### ✓ Evite postar algo que você não falaria pessoalmente

Esconder-se atrás do anonimato, além de ser covarde, pode acabar magoando ou ofendendo profundamente uma pessoa, instituição, causa ou lugar. Fora que não é seguro, uma vez que o perfil pode ser identificado.

### ✓ Denuncie se vir alguém fazendo bullying, discriminando ou ameaçando uma pessoa

Além de isso ser crime, você pode ser acusado de coparticipação. E as consequências podem ser muito danosas à vítima – há até quem cometa suicídio por esse motivo.

**Para saber mais, acesse:**

<http://g1.globo.com/jornal-nacional/noticia/2016/12/menina-de-14-anos-confessa-ataques-racistas-filha-e-bruno-gagliasso.html>





## Moda e Consumismo

**Você já pensou sobre como a moda está presente na sua vida?**

**É** comum acreditarmos que nossos gostos são muito particulares, só nossos. Embora nossos gostos sejam, de fato, um elemento fundamental da nossa personalidade, você já se perguntou por que gosta de determinadas roupas, acessórios ou mesmo de um estilo? Uma outra pergunta para ajudar a refletir sobre isso: se você tivesse nascido em outra época, você gostaria das mesmas coisas que gosta? Troque época por nascer em outro lugar, com outro gênero, outro grupo social... formamos o nosso gosto a partir da nossa relação com o meio em que vivemos. Assim, a construção social do gosto depende de muitos fatores ligados à cultura e ao contexto em que somos socializados.

Como o gosto é um elemento importante da nossa personalidade, a indústria da moda se utiliza disso para oferecer produtos como possibilidades variadas das pessoas se expressarem. Georg Simmel afirma que, na moda, há duas tendências principais que orientam o que vamos consumir: as tendências à diferenciação e à imitação. Ou seja: as nossas escolhas são orientadas pelo nosso desejo de nos parecermos com algumas pessoas e nos diferenciarmos de

outras. Além disso, as tendências de moda são lançadas em ciclos, de modo a fazer com que as pessoas tenham sempre a sensação de precisar comprar algo novo. Assim, a maneira como aderimos ou abandonamos uma tendência varia muito de acordo com quem está reproduzindo esta tendência. Nesse sentido, você já se questionou sobre o que te faz querer se parecer com alguém? E o que faz você querer ser diferente de uma pessoa ou um grupo?



Outro ponto importante é que o consumo, também na moda (mas não só nela), acaba transformando a nossa noção de necessidade. A ideia de precisarmos de algo não está mais vinculada necessariamente à utilidade do objeto. Assim, o que nos leva a sentir que precisamos de algo novo, ou que o que temos não nos serve mais, não tem somente a ver com uma peça ter estragado ou deixado de caber. Entramos no ciclo de consumo chamado de consumismo. Esse ciclo nos afeta de muitas formas, que vão desde a ampliação das desigualdades sociais, já que consumir nesse ritmo não é acessível para todos, à degradação do meio ambiente, com o aumento da produção de lixo. É comum, ainda, que esse modelo de consumo gere sentimentos como ansiedade e insatisfação constante, para os quais a solução propagandeada é consumir ainda mais.

A moda é uma ferramenta de expressão de nossa identidade e também é um fenômeno socio-histórico, um elemento importante da nossa cultura e uma forma de arte. A nossa relação com a moda e o consumo deve, porém, ser alvo de reflexão crítica.

**Baseado no texto de apoio, reflita e discuta com a sua turma:**

- ✓ Você sente que é influenciado a consumir mais? De que forma?
- ✓ Você já comprou algo por impulso e se arrependeu depois?
- ✓ As redes sociais estimulam o consumo excessivo? Como?
- ✓ Quais são as consequências do consumismo para o planeta e para a sociedade de modo geral?

**DIVIRTA-SE!**