

PLANO DA ATIVIDADE

Área temática:	Tema: Educação para a Sexualidade/Afetos Subtemas: Relações afetivas	Anode escolaridade:	9º ano
Responsáveis pela atividade: Equipa PES Professores de Oferta Complementar (OC) / Cidadania e Desenvolvimento (CD)		Data: Semana de 15 a 19 de fevereiro 2021	
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Prevenir a vitimização de jovens e a violência com base nas desigualdades de género. ➤ Combater a violência no namoro. ➤ Eliminar estereótipos de género promovendo uma cultura de não-violência. ➤ Promover uma cidadania participativa. 			
Aprendizagens essenciais: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Desenvolver uma atitude positiva no que respeita à igualdade de género. ➤ Analisar criticamente os papéis/comportamentos associados às raparigas e aos rapazes quanto ao namoro, às relações sexuais e à prevenção de consequências indesejáveis das mesmas. ➤ Identificar a violência baseada no género. 			
Duração: 50 minutos – aula de OC ou CD		Recursos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Caderno diário / Material de escrita ➤ Equipamento tecnológico ➤ Texto ➤ Vídeos 	
Desenvolvimento da atividade (E@D): <p style="text-align: center;">“Namoro Saudável”</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Contextualização da atividade na “Semana dos Afetos” e abordar a importância que os afetos tem nas nossas vidas, assim como saber respeitar as emoções e sentimentos dos outros. 2. Leitura do texto em anexo. 3. Reflexão, em grupo, sobre o que é “Namoro Saudável” e “Namoro Não Saudável”. 4. Partilha de reflexões no grupo turma. 5. Visionamento dos vídeos http://ensina.rtp.pt/artigo/violencia-no-namoro-e-crime-publico/ (1:44 minutos) https://ensina.rtp.pt/artigo/violencia-no-namoro-uma-prova-de-desamor/ (2:02 minutos) 6. Partilha de algumas reflexões no grupo turma - Namoro Saudável é... <p><u>Sugestão:</u> compilação das reflexões e divulgação na classroom da disciplina</p>			
Avaliação: <ul style="list-style-type: none"> - Participação dos alunos - Qualidade das intervenções dos alunos 			
Referências bibliográficas: https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Esaude/referencial_educacao_saude_vf_junho2017.pdf			

ANEXO - Para pensar... TEXTO

O(A) teu(tua) namorado(a) de 16 anos não é nervoso(a), é uma besta

Enviar-te 35 mensagens durante o dia a dizer que te ama e a perguntar onde estás não é uma prova de amor. É uma prova de que ele(a) é um controlador(a) e que, se tu deixas que ele(ela) o faça e não pões um travão a tempo, a coisa só vai ter tendência para piorar ainda mais.

Fazer-te perguntas sobre dinheiro não é indício de estar atento aos tempos difíceis em que vivemos, e reflexo de uma educação de poupança. Falar muitas vezes disso indica, isso sim, que um dia ele(ela) vai querer controlar o teu dinheiro. Aliás, se dependesse dele(a), era ele(a) que geria já a tua mesada. Quanto gastas. Quando gastas. Em que gastas. Quando deres por ti, estarás a pedir-lhe autorização para comprar coisas para ti.

Pedir a password do teu e-mail ou da tua conta de Facebook não é sinal de que vocês nada têm a esconder um do outro. Não é sinal de que, entre vocês, tudo é um livro aberto. Mesmo que ele(ela) insista em dar-te a password dele(a). Isso é um sinal de desconfiança permanente. É um passo grande para o fim da tua privacidade. Sabes o que é privacidade, certo? É uma zona tua, onde mais ninguém entra. A não ser que tu queiras.

Os comentários sobre a roupa que usas ou o novo corte de cabelo não revelam um ciúminho saudável. Revelam que é ciumento(a). Ponto. Pouco lhe importa se tu gostas daquele top, daqueles calções ou daquelas calças apertadas. Entre os argumentos usados, talvez ele(a) diga que já não precisas de te vestir assim, porque isso atrai a atenção de outros rapazes(raparigas) e tu já tens namorado(a). Se não fores capaz de lhe dizer, na altura, que te vestes assim porque te apetece, não para lhe agradar, pensa que este é o mesmo princípio que leva muitas sociedades a obrigar as mulheres a usar *burka*... Não é exagero. Controlar o que tu vestes é exatamente a mesma coisa.

Perguntar-te a toda a hora quem é que te telefonou ou ver o teu telemóvel, à procura das chamadas feitas e atendidas e das mensagens enviadas e recebidas não é um reflexo de pequeno ciúme. É um sinal de grande insegurança. Faças tu o que fizeres, dês tu as provas de amor que deres (na tua idade, o amor ainda tem muito para rolar, mas tu perceberás isso com o tempo), ele(a) sentirá sempre que é pouco. E vai querer mais, e mais. E tu terás cada vez menos e menos.

Apertar-te o braço com mais força num dia em que se chatearam e lhe passou qualquer coisa má pela cabeça não é um caso isolado e uma coisa que devas minimizar porque ele estava nervoso. Aconteceu daquela vez e é muito, muito, muito provável que volte a acontecer. Um dia ele(a) estará mais nervoso(a). E a marca no teu braço será maior. E mesmo que ele(a) «nunca tenha encostado um dedo» em ti, a violência psicológica pode ser tão ou mais grave do que a física.

Gostar de ti mas não gostar de estar com os teus amigos não é amor. É controlo. E é errado. O isolamento social é terrível. Continuar a telefonar-te insistentemente depois de tu teres dito que queres acabar a relação, ou encher-te o telemóvel com mensagens a pregar o amor eterno, não significa que ele(a) esteja a sofrer muito. Significa, sim, uma frustração em lidar com a rejeição. E se pensares em voltar para ele(a), pensa que da próxima vez que isso acontecer ele(a) vai telefonar-te mais vezes. E enviar-te mais mensagens.

Guardares estas coisas para ti não é um sintoma da tua timidez. Não quer dizer que sejas reservada(o). É uma estratégia de defesa tua. E um pouco de vergonha, à mistura, não é? E que tal partilhares isso? Ficarias espantada(o) com a quantidade de amigas(os) tuas(teus) que passam por situações semelhantes.

Fonte: Notícias Magazine
Autor: Paulo Farinha