

# lisaun sira-ne'éboé aprendê

LIÇÕES ADQUIRIDAS:  
ESTRATÉGIAS SIMPLES E EFICAZES PARA TRANSFORMAR AS SALAS DE AULA EM TIMOR-LESTE



# ONG Ba Futuru

*Desde a sua criação em 2004, a ONG Ba Futuru (Para o Futuro) tem realizado programas para a melhoria de vida de mais de 25.000 crianças, mulheres, jovens, líderes comunitários, polícias e outros atores chave nas áreas da consolidação da paz, empoderamento das mulheres, proteção dos direitos da criança e transformação de conflitos.*

*A Ba Futuru fez progressos significativos no sentido de acabar com a violência contra mulheres e crianças em Timor Leste, através da capacitação e empoderamento de pessoal por todo o país em técnicas de mitigação de conflito, estratégias de disciplina positiva, proteção de informação e sensibilização sobre direitos humanos. Num país onde muitas pessoas ainda não estão conscientes das consequências negativas do castigo físico, possibilitar aos pais, professores e líderes comunitários o acesso a informação sobre as suas consequências e ajudá-los a desenvolver competências em disciplina positiva, é essencial para parar o ciclo de violência e ajudar as crianças a viverem uma vida mais feliz e saudável.*

Aviso Legal: As opiniões expressas nesta publicação não representam a opinião do doador.

# Índice

<b>Agradecimentos</b>	<b>2</b>
<b>Prefácio</b>	<b>3</b>
Qual é o objetivo deste manual?	
Para quem foi escrito este manual?	
Como foi criado este manual?	
O que se pretende com este manual?	
Porque precisamos deste manual?	
<b>1: O que se passa nas nossas escolas?</b>	<b>5</b>
Quadro Jurídico para a Proteção das Crianças	
O que é o Abuso Infantil?	
Argumentos Contra o Castigo Físico	
Conclusão	
<b>2: O que é a Disciplina Positiva?</b>	<b>12</b>
Os Passos da Disciplina Positiva	
Conclusão	
<b>3: Como podemos criar uma sala de aula positiva?</b>	<b>15</b>
Desafios na Sala de Aula	
Conselhos Pedagógicos para uma Sala de Aula Positiva	
Conclusão	
<b>4: Para onde vamos a partir daqui?</b>	<b>18</b>
Como Desenvolver Regras na Sala de Aula	
Contacto e Mais Informações	
Conclusão	
<b>Bibliografia</b>	<b>21</b>
<b>Anexo I: Tipos de Abuso</b>	<b>22</b>
<b>Anexo II: O que fazer em relação ao trauma e abuso infantil?</b>	<b>23</b>
Princípios de Proteção das Crianças	
Aprenda a identificar crianças vítimas de trauma e/ou abuso	
<b>Anexo III: Onde procurar ajuda?</b>	<b>25</b>

## Agradecimentos

Um grupo de colegas da Ba Futuru trabalharam juntos para realizar este manual de formação, todos contribuíram de forma significativa para a sua criação e conteúdo. Este grupo inclui: Joana dos Santos Camões, Palmira da Costa, Judit de Sousa, Juliana 'Maco' Imaculada, Sierra James, Lucinda Kaval, Juliana 'Lica' Marçal, Laura Ogden, Arlinda Siqueira e Jose 'Melki' Ximenes.

A equipa de implementação do projeto da Ba Futuru trabalhou com vários formadores reconhecidos em Timor-Leste para fazer experiências sobre gestão positiva da sala de aula e estratégias de disciplina. A Ba Futuru gostava de agradecer em particular aos diretores, professores, funcionários, estudantes e pais das escolas: Nicolau Lobato em Tasi Tolu, Dili; 10 de Dezembro em Comoro, Dili; e a escola 99 Atauro na ilha de Atauro, pelo seu interesse, participação e ideias, e por terem sido uma inspiração na implementação dos princípios e estratégias com o objetivo de transformar as suas salas de aula em ambientes positivos, alegres e seguros para os seus alunos.

A Ba Futuru gostaria de agradecer às seguintes pessoas e organizações pelo seu apoio, participação e conselhos que inspiraram esta publicação: o Centro de Apoio à Capacitação do Sistema de Justiça de Timor-Leste (East Timor Justice Sector Support Facility), UNICEF, o Ministério da Educação (ME) e o Instituto Nacional de Formação de Docentes e Profissionais de Educação (INFORDEPE) , em particular o Senhor Domingos Meier e o Senhor Antonino Pires.

A Ba Futuru gostaria também de mencionar as suas principais fontes para a produção deste manual, incluindo: PRADET, UNESCO, e os manuais sobre proteção infantil e disciplina positiva (ver páginas sobre a fonte do manual para mais detalhes).

Tradução de Inglês para Tetum: Hector Hil e de outras publicações da Ba Futuru

Tradução de Inglês para Português: Guilherme Bragança

Design Gráfico: Shayne Lacy

Fotografia de capa por Kristian Buus, para o Prémio "Rising Star of Asia" atribuído à Ba Futuru pela STARs Foundation.

## Prefácio

### *Qual é o objetivo deste manual?*

Este manual foi pensado de forma a possibilitar o acesso a novas estratégias de ensino e aprendizagem que podem ajudar a transformar a dinâmica de uma sala de aula. Este manual, e o filme que o acompanha, incluem técnicas simples, realistas e compreensíveis para serem utilizadas nas salas de aula em Timor-Leste. Este manual irá ajudá-lo a perceber como é possível criar uma gestão positiva da sala de aula, e mostrar também como outros professores e escolas conseguiram mudar os seus métodos disciplinares para criar salas de aula mais positivas.

A Parte 1 deste manual fala dos desafios disciplinares que enfrentamos atualmente nas salas de aula em Timor-Leste, explora o sistema legal para a proteção infantil, e providencia o acesso a informação sobre o abuso físico. Na Parte 2 debate-se o significado de “disciplina” e explica-se o processo de utilização da disciplina positiva na sala de aula. A Parte 3 apresenta conselhos e dicas para que a gestão positiva possa responder aos desafios existentes nas salas de aula de Timor-Leste. A Parte 4 conclui com algumas sugestões para a implementação da disciplina positiva em qualquer sala de aula; a procura de mais informação; e como ajudar a transformar o ambiente de ensino.

### *Para quem foi escrito este manual?*

Este manual foi realizado para quem trabalha na área da Educação, nomeadamente, professores, diretores de escolas, formadores de professores e outros indivíduos que trabalham nesta área. As estratégias exploradas neste manual foram desenvolvidas por professores, estudantes, pais e administradores escolares Timorenses de forma a serem relevantes ao contexto cultural e social de Timor-Leste.

### *Como foi criado este manual?*

Esta publicação e o filme que a acompanha, foram produzidos através do projeto da Ba Futuru “Consolidando a Paz na Vida das Crianças: Eliminando a Violência”, que teve lugar entre 2011 e 2012 com o generoso apoio financeiro do Apoio à Capacitação do Sistema de Justiça de Timor-Leste, em 3 escolas secundárias senior de Timor-Leste: Escola Nicolau Lobato em Tasi Tolu, Escola 10 de Dezembro em Comoro, Dili, e a Escola 99 Atauro em Atauro. A informação deste manual resulta do trabalho conjunto dos professores Timorenses, dos alunos e diretores destas escolas. O ensino secundário senior corresponde aos Níveis 1, 2 e 3, ou seja os últimos três anos de ensino escolar em Timor-Leste, na faixa etária entre os 15 e 24 anos de idade.

*“Antes desta formação eu batia sempre nos alunos com um pau e gritava com eles quando faziam algo errado. Mas*

*a formação  
foi muito  
benéfica  
para mim,*

*e na minha opinião, as estratégias que eu (agora) uso para disciplinar as crianças são eficientes, e já noto mudanças no comportamento das crianças na sala de aula. Por exemplo, elas costumavam dormir na sala de aula ou faltavam à aula quando eu ensinava, mas agora participam com entusiasmo até ao fim da aula.”*

*– professor do ensino secundário*

Este projeto baseou-se na capacitação de indivíduos que têm um impacto significativo na vida das crianças, para ajudá-los a garantir o acesso das crianças à justiça e proteção de abuso e negligência. Além disso, neste projeto, os alunos contribuíram num processo participativo para a criação de modelos de disciplina positiva juntamente com os seus professores e encarregados de educação, para acabar com o uso de violência nas salas de aula. Depois da realização de workshops de formação intensivos, a Ba Futuru juntou alunos, professores e encarregados de educação duas vezes por mês, para discutirem, partilharem e desenvolverem estratégias eficazes para a disciplina positiva e gestão das salas de aula.

### *O que se pretende com este manual?*

Este manual foi produzido para atingir cinco resultados principais:

- Sensibilizar os educadores em Timor-Leste para a importância do desenvolvimento de uma relação positiva com os alunos;
- Consolidar a compreensão dos efeitos negativos do castigo físico e inspirar os professores a tentarem métodos alternativos para disciplinar os alunos;
- Realizar experiências replicáveis de disciplina positiva bem-sucedidas no contexto escolar de Timor-Leste;
- Desenvolver as competências necessárias para transformar as salas de aula em ambientes propícios à aprendizagem; e
- Melhorar a compreensão do abuso infantil e de como os educadores podem apoiar as crianças a procurar ajuda.

### *Porque precisamos deste manual?*

Atualmente, nas escolas de Timor-Leste, são usadas várias estratégias de disciplina que não são eficazes em encorajar a aprendizagem das crianças. Os alunos aprendem melhor quando não sentem medo, dor física e emocional. No entanto, o castigo físico continua a ser frequentemente utilizado nas escolas do país.

A mudança é difícil, mas já pudemos observar a capacidade de muitos professores e alunos Timorenses para transformarem as suas relações e criarem ambientes favoráveis à aprendizagem que acabam por beneficiar ambas as partes.

Convidamos-vos a juntarem-se a nós no sentido de tornarmos as escolas de Timor-Leste em locais mais agradáveis e positivos para professores e alunos, e esperamos que a informação deste manual e do filme que o acompanha, seja útil para si e para os seus colegas.

# 1: O que se passa nas nossas escolas?

Os professores em Timor-Leste enfrentam muitos desafios e obstáculos nas salas de aula, desde a falta de materiais, turmas com números excessivos de alunos, e alunos que estão habituados a serem castigados de forma violenta. Além disso, os alunos com problemas comportamentais podem representar um verdadeiro desafio para os seus professores, administradores e colegas de turma. Os professores têm muita dificuldade em solucionar estes problemas, devemos portanto encontrar abordagens criativas e construtivas para ajudá-los a disciplinar os seus alunos de forma positiva para que se consigam criar ambientes positivos nas salas de aula, favoráveis ao crescimento e desenvolvimento dos alunos.

Muitos alunos nas salas de aula em Timor-Leste têm uma experiência em relação ao castigo físico diferente dos professores. Os alunos em geral sentem que o castigo físico não é eficaz em ajudá-los a aprender, assim como confirmam vários estudos e pesquisa feitos a nível internacional. Este manual pretende ajudar a explorar estratégias disciplinares que possam apoiar o processo de ensino e aprendizagem.

Embora o Ministério da Educação tenha introduzido em 2008 uma política de “Tolerância Zero” para combater a violência contra os alunos nas salas de aula, alunos de todo o país continuam a ser vítimas de castigos físicos como método disciplinar, incluindo “bofetadas”, agressões corporais e “pauladas”. Embora a legislação nacional proíba o uso de violência como método disciplinar, muitos funcionários escolares não estão conscientes de como podem implementar outro tipo de técnicas corretivas.

## **Agora é tempo de mudança!**

O sistema legal está a ser reforçado e assim que as leis forem devidamente cumpridas, a violência nas salas de aula não será tolerada. Além de ser ilegal, o castigo físico também prejudica a relação entre alunos e professores, o que tem um impacto negativo no processo de aprendizagem. Além disso, o castigo físico tem consequências negativas permanentes na saúde e desenvolvimento das crianças. No relatório conjunto de 2006 da UNICEF e da PLAN International sobre a violência contra as crianças em Timor-Leste, Fala Bem Comigo, foi demonstrado que o abuso físico nas escolas tem implicações psicológicas significativas para o bem-estar tanto da criança que sofre a agressão como das que a presenciam. Como tal, as vítimas acabam por ter um fraco desempenho académico, aumentando o risco de abandono escolar. Devido às várias razões pelas quais o castigo físico não é propício à criação de um ambiente positivo de aprendizagem para as nossas futuras gerações (exploraremos este tópico ainda neste capítulo), é extremamente importante trabalharmos juntos no sentido de encontrar formas mais eficazes e positivas de disciplinar os alunos e gerir as salas de aula sem recorrer ao uso da violência.

# 84%

Nas três escolas secundárias sénior onde a Ba Futuru trabalhou no último ano e meio, 84% dos alunos inquiridos relataram ver atos de violência no seu dia-a-dia.

Depois de receber formação sobre gestão positiva da sala de aula, como a matéria incluída neste manual, uma das professoras sénior da escola secundária observou o seguinte:

*“Penso que esta formação foi muito boa porque abriu as nossas mentes para procurarmos formas alternativas de apoio quando os alunos têm problemas. Também nos capacitou e nos trouxe conhecimentos que nos permitem ensinar disciplina positiva, porque, eu digo honestamente, que antes desta formação, utilizava a violência frequentemente para disciplinar as crianças. Depois da formação tenho tentado reduzir o meu comportamento negativo. É muito importante falar sobre disciplina positiva mas a sua implementação é mais difícil porque trabalhamos com muitos alunos e há alunos que são fáceis de controlar mas há outros que nos deixam muito irritados.*

*Eu já não quero responder a esses alunos usando a violência. Quando batemos nos alunos, eles ficam zangados e criam sentimentos negativos em relação a nós. Não passam a tomar mais atenção à matéria dada em aula e muitas vezes nem querem vir à aula. Eu já experienciei isto, mas tento falar com eles com calma e no fim eles acabam por voltar a interessar-se pelo que estou a ensinar. A partir de agora acho que devo continuar a utilizar as estratégias de disciplina positiva que não terão consequências negativas para ninguém. Estou grata por estas reuniões bimensais (com a Ba Futuru), porque as discussões e debates têm ajudado muito a melhorar a implementação das estratégias de disciplina positiva na nossa escola.”*

# 38%

Nas escolas secundárias sénior onde a Ba Futuru trabalhou recentemente, 38% dos alunos inquiridos reportaram ser vítimas de agressão corporal dos seus professores pelo menos uma vez por semana, com 13% a sofrerem agressões corporais pelo menos três vezes por semana. Mais de metade dos alunos inquiridos reportaram ver os seus professores agredir outros alunos pelo menos uma vez por semana, e 16% relataram assistir a este tipo de agressão mais de cinco vezes por semana.

## Quadro Jurídico para a Proteção das Crianças

Timor-Leste é signatário de ferramentas legais internacionais que proíbem a violência e o maltrato de crianças, incluindo a Convenção sobre os Direitos da Criança (CDC) e a Declaração Universal dos Direitos Humanos (DUDH). O quadro jurídico nacional também abrange a proteção legal de crianças que sofram qualquer tipo de abuso. Alguns exemplos de obrigações legais para o uso da não-violência com crianças incluem:

- **Constituição da República Democrática de Timor-Leste:** A secção 18 (1) da Constituição é central para a estrutura nacional da proteção das crianças, podendo ler-se que “As crianças devem ter direito a proteção especial pela família, a comunidade e o Estado, nomeadamente contra qualquer tipo de abandono, discriminação, violência, opressão, abuso sexual e exploração.” A Secção 18 (2) continua “As crianças devem usufruir de todos os direitos que são reconhecidos internacionalmente”, enquanto que a Seção 9 incorpora diretamente na lei nacional as regras das convenções internacionais, tratados e acordos ratificados ou aderidos pelo Governo. As provisões legais nacionais que são contrárias a estas leis internacionais são consideradas inválidas.
- **O Código Penal de Timor-Leste:** O Decreto-Lei No. 19/2009 que aprova o Código Penal, penaliza várias violações dos direitos da criança, entre outros; danos, maus tratos, tratamento cruel, e abuso sexual.

- **Convenção sobre os Direitos da Criança (CDC):** vários artigos desta convenção legal internacional, da qual Timor-Leste é um país signatário, são relevantes para o uso do castigo físico e violência contra as crianças, incluindo o Artigo 28 (2), que afirma que os países signatários “devem tomar todas as medidas necessárias para assegurar que a disciplina escolar é gerida de forma consistente com a dignidade humana das crianças e em conformidade com a Convenção atual”.
- **Declaração Universal sobre os Direitos Humanos:** O Artigo 5 afirma que “ninguém deve ser submetido a tortura ou crueldade, nem a um tratamento ou castigo desumano ou degradante”, e o Artigo 26 (2) afirma que “a Educação deve ser orientada para o desenvolvimento completo da personalidade humana e para o reforço do respeito pelos direitos humanos e liberdades fundamentais”.

Os professores em Timor – Leste têm um papel crucial na proteção das crianças. Podem ajudar a reportar casos de abuso e negligência que ocorrem em casa e na comunidade, e podem ajudar as crianças a procurar assistência em caso de necessidade. Por outro lado, muitos professores também violam os direitos da criança sem se aperceberem pois sentem que o castigo físico pode ajudar os seus alunos a obterem uma educação melhor, e não se apercebem que estão a ser abusivos.

O castigo físico é utilizado frequentemente em escolas Timorenses como uma forma de disciplina. O relatório de 2006, da UNICEF e da Plan International, *Speak Nicely To Me (Fala Bem Comigo)*, cita que “dois terços das crianças (67%) reportam ser agredidas com paus pelos seus professores e quase 4 em cada dez crianças (38,7%) relatam levar bofetadas na cara dos seus professores”<sup>1</sup>.

Este problema não existe só em Timor-Leste: por todo o mundo, entre 80% e 98% das crianças são vítimas de castigos físicos nas suas casas, com um terço ou mais a sofrerem castigos físicos severos resultantes do uso de objetos. A lei internacional e vários países por todo o mundo estão a trabalhar em conjunto para acabar com a violência contra as crianças e proteger os nossos cidadãos mais novos e vulneráveis do abuso em todas as suas formas.

Para prevenir o abuso contra as crianças e criar um ambiente seguro, que favoreça, em vez de impedir o seu desenvolvimento, é importante compreender o que significa realmente o abuso infantil.



Antes da formação em disciplina positiva com a Ba Futuru, só 9% dos professores inquiridos eram capazes de mencionar estratégias não-violentas para disciplinar as crianças. Depois da formação, todos os professores inquiridos afirmaram ter conhecimento de estratégias de disciplina positiva, e 69% conseguiram mencionar exemplos específicos. Este manual ajudará os educadores de todas as regiões de Timor-Leste a compreender as técnicas de disciplina positiva e como podem usá-las na sala de aula.

<sup>1</sup> *Speak Nicely to Me (Fala Bem Comigo): A Study on Practices and Attitudes about Discipline of Children in Timor-Leste*, UNICEF e Plan International, 2006, p.12.

## O que é o Abuso Infantil?

O abuso infantil é um problema sério e complexo que pode ocorrer na vida das crianças, jovens e suas famílias, e normalmente acontece em ambientes isolados e tensos, afetando os mais vulneráveis. O abuso infantil ocorre em todos os tipos de família e sociedades, independentemente da classe social e nível de educação, e em todas as culturas e religiões. Muitas crianças vítimas de abandono e negligência acabam por mais tarde vir a agredir as suas próprias crianças, continuando o ciclo de violência que passa de geração em geração.

**Abuso infantil:** o mau tratamento físico, sexual, ou emocional ou a negligência de uma criança, que resulte em danos reais ou potenciais para a saúde física, mental ou emocional da criança e o seu desenvolvimento. O abuso infantil pode ocorrer em casa, na escola, na comunidade, ou em outras organizações onde a criança esteja presente, e é normalmente perpetrado no contexto de uma relação de poder, autoridade ou confiança, como os pais, professores, familiares mais velhos ou líderes comunitários.

Existem quatro tipos de abuso infantil: **abuso físico, abuso emocional, abuso sexual e negligência.** (Para mais informações sobre estes tipos de abuso, ver Anexo I). De seguida apresentamos alguns exemplos dos diferentes tipos de abuso que as crianças sofrem nas comunidades, escolas e agregados familiares em Timor-Leste:

- Ser atada a uma árvore
- Ser presa numa pequena sala ou jaula com pouca luz
- Ser impedida de sair ou de ir para a escola
- Ser queimada com cigarros
- Ser expulsa de casa
- Ser obrigada a desempenhar tarefas além das suas capacidades
- Ser forçada a ter sexo com um adulto
- Ser forçada a ter sexo em troca de dinheiro
- Ser deixada sozinha
- Ser agredida a murro

Algumas das possíveis consequências do abuso infantil incluem:

- Lesões cerebrais físicas
- Perturbações psicológicas
- Ansiedade, agressão, negação, falta de confiança nos outros e em si próprio, delinquência, abuso de substâncias e hiperatividade
- Nos caso mais graves, a morte
- Trauma

Professores e alunos em Timor-Leste têm vindo a relatar que o uso do castigo físico na sala de aula os afetou pessoalmente de forma negativa.

Uma professora do ensino secundário comentou: *“No passado quando fui vítima de castigos físicos, senti-me magoada emocionalmente, e como o castigo físico não é positivo e marca as pessoas durante muito tempo, não quero castigar os meus alunos desta forma. Não quero que sintam o que eu senti.”*

Um ex-professor, que atualmente também faz parte da equipa da Ba Futuru, constatou: *“No passado quando fui castigado fisicamente, tive medo, fiquei ansioso e senti ódio pela pessoa que me castigou. Pensei até em fazer-lhe a mesma coisa.”*

O abuso infantil pode resultar em trauma, incluindo o uso de castigo físico, particularmente quando é severo e contínuo.

Tradições antigas e crenças religiosas perpetuam o uso do castigo físico em muitas sociedades. Algumas destas crenças e tradições afirmam que o castigo físico:

1. é eficaz;
2. evita que as crianças arranjem problemas;
3. ensina as crianças o que está certo e o que está errado;
4. introduz a noção de respeito, e
5. é diferente do abuso físico.

No entanto, vários estudos mostram que o castigo físico não possui nenhuma destas qualidades e que é na verdade uma forma de abuso contra as crianças. É importante questionarmos sempre as nossas crenças e ideias, e estarmos conscientes de que o que é “aceitável” e “certo” para uma sociedade, pode mudar e transformar-se com o tempo.

*Para mais informação sobre os vários tipos de abuso, como identificar crianças que sofrem de trauma e abuso, os princípios de proteção da criança, e onde encontrar ajuda para crianças vítimas de abuso, por favor veja os anexos na parte de trás deste manual.*

*Uma aluna do ensino secundário relatou:*

*“Sinto-me triste*

*quando vou à escola porque vejo sempre os professores a usarem violência o que não é bom para mim. Além disso, quando os vejo fico nervosa porque têm um comportamento negativo.”*

## Argumentos Contra o Castigo Físico

Pense bem na sua experiência escolar. Foi você ou algum dos seus amigos alguma vez castigado fisicamente ou emocionalmente? Dirá provavelmente que “sim” porque o castigo físico é uma prática frequente em todo o mundo.

De seguida apresentam-se alguns argumentos contra o castigo físico que pode discutir com os seus colegas:

“Este projeto mudou realmente a minha perspectiva,

porque antes da Ba Futuru ter trabalhado com a nossa escola, eu não sabia o que era a disciplina positiva, ou como se pode disciplinar os alunos de forma positiva. Eu pensava que como professora, tinha o poder de gerir os alunos, e que para fazê-lo, devia usar violência na escola. A formação da Ba Futuru mudou a minha perspetiva e fez-me decidir reduzir a violência contra os alunos.”

– professora do ensino secundário.

### 1. O castigo físico não produz mudanças positivas no comportamento das crianças.

Quando usamos castigos físicos, os resultados são imprevisíveis. Podem incluir tristeza, falta de auto-estima, raiva, comportamento agressivo, desejo de vingança, pesadelos, enurese noturna, falta de respeito pela autoridade, depressão, ansiedade e uso de drogas, entre muitos outros.

### 2. O castigo físico promove comportamentos negativos.

A nossa utilização de castigos físicos pode por vezes ter o efeito contrário; isto é, pode encorajar comportamentos que não são desejados. Isto pode ocorrer quando o castigo chama a atenção de professores e colegas, algo que a criança mal comportada pode procurar. Neste caso, o castigo só encoraja a criança a repetir o seu mau comportamento no futuro, para atrair mais atenção na sala de aula.

### 3. O castigo físico influencia de forma negativa a psicologia de uma criança a longo prazo.

Tem-se vindo a observar que as crianças vítimas de castigos físicos desenvolvem comportamentos anti-sociais com os seus colegas a longo prazo, e ganham tendência para recorrer rapidamente ao uso de violência para resolver problemas e conflitos. Isto gera um ciclo de abuso que passa de geração em geração. Ao usarmos violência, ensinamos violência.

### 4. O castigo físico impede a educação

O castigo físico normalmente cria indignação e hostilidade, tornando difíceis as relações positivas entre professores e alunos e entre os próprios alunos. Desta forma, o nosso trabalho de professor fica mais difícil, menos recompensador e muito frustrante. Começamos a recear ir para a sala de aula ensinar. Os nossos alunos podem sentir o nosso desgosto e podem até ficar arrependidos de terem vindo à aula.

### 5. O castigo físico não providencia disciplina positiva

Mesmo quando conseguimos impedir uma ação de comportamento incorreto, a nossa utilização do castigo físico não encoraja um comportamento correto na criança. Porquê? A criança não sabe, nem aprende o que deve fazer; só aprende o que não deve fazer. É como dizer-lhe que como professor não deve recorrer a castigos físicos, mas não lhe mostrar os métodos disciplinares alternativos que pode utilizar.

## Conclusão

Pense no que aprendeu nesta seção, discuta com os seus colegas, e tente responder às seguintes questões:

- a. O que é o abuso infantil?
- b. Quais são algumas das consequências negativas do uso da violência contra as crianças?
- c. O que é o ciclo do abuso?

As crianças chegam indefesas a este mundo e incapazes de se desenvolverem completamente sem o apoio e orientação dos seus tutores. Professores e pais têm o papel de educar as crianças e ensinar-lhes como viver, esta não é uma tarefa fácil, cuidar das crianças é a tarefa mais importante que podemos ter. Quando compreendermos o que é o abuso infantil, e as consequências negativas que tem na vida das crianças, podemos começar a trabalhar em conjunto para reforçar a paz nas suas vidas e parar a violência. Vamos mudar as nossas ideias e as nossas ações no sentido de criarmos um futuro melhor para Timor-Leste!

# 28%

Antes de receberem formação em disciplina positiva, mais de 40% dos alunos inquiridos e 47% dos professores das três escolas secundárias sénior acreditava que os alunos aprendem melhor quando são castigados fisicamente. No entanto, depois da formação, só 28% destes alunos e 25% dos professores ainda pensava que o castigo físico é benéfico para os alunos.

O diretor de uma escola secundária em Dili, comentou acerca da sua própria transformação depois de se aperceber das consequências negativas do castigo físico:

*“Estou contente com o programa que a Ba Futuru trouxe à nossa escola. Já percebi que o programa tem ajudado bastante os meus professores e alunos. Como Diretor, além de cuidar da escola, também costumo controlar os alunos no ambiente escolar, por exemplo: se os alunos ainda estivessem fora da sala de aula depois de tocar a campainha para o início das aulas, eu batia-lhes com um pau para que eles entrassem na sala de aula. No entanto, depois de participar na formação dada pela Ba Futuru direcionada para a proteção das crianças e a disciplina positiva, apercebi-me que as minhas ações passadas se podiam considerar de castigo físico.*

*Eu percebi que o meu comportamento era destrutivo para a atitude mental dos alunos. Ainda não mudei o meu comportamento a 100%, mas tenho melhorado gradualmente e em vez de usar sempre o pau, já falo muitas vezes com os alunos. Estou grato à Ba Futuru por esta oportunidade de parceria que apareceu e que tem ajudado muito os professores e alunos, proporcionando-lhes uma formação que melhora o seu conhecimento.”*

## 2: O que é a Disciplina Positiva?

75%

Antes da formação em disciplina positiva com a Ba Futuru, 75% dos professores inquiridos relataram ter conhecimento de estratégias não-violentas para disciplinar as crianças, no entanto, só 9% conseguiram especificar uma técnica. Depois da formação, todos os professores inquiridos afirmaram conhecer estratégias de disciplina positiva, e 69% foram capazes de mencionar exemplos específicos.

Em muitas línguas e culturas, a palavra “disciplina” evoluiu de forma a ser associada a noções de controlo e castigo, nomeadamente o castigo físico. No entanto, este não é o verdadeiro significado da palavra “disciplina”.

A palavra “disciplina” na verdade significa “ensino”. O ensino eficaz requiere identificar objetivos para a aprendizagem, planear uma abordagem que motive os alunos a aprender, e encontrar soluções construtivas para situações difíceis.

A disciplina é uma forma de educar as crianças sobre como podem viver as suas vidas, o que beneficia o seu desenvolvimento como o futuro da nossa nação.

Disciplina Positiva:

- Motiva, encoraja e apoia;
- Promove o gosto pela aprendizagem;
- Conduz á auto-disciplina; e
- Melhora competências e aumenta a confiança.

A disciplina positiva não se limita à eliminação da violência, e não é somente uma ação, como dar instruções a uma criança para apanhar o lixo do chão. A disciplina positiva é uma educação a longo-prazo que possibilita às crianças terem modelos positivos de comportamento adequado, ensina-lhes o valor da educação, e mostra-lhes como se podem respeitar a si próprios e ao mesmo tempo respeitar os outros.

*“A formação da Ba Futuru deu-me a oportunidade de refletir sobre o meu comportamento anterior e na minha atitude para com a minha família e alunos. Eu sou uma pessoa que sempre utilizou violência e castigos físicos para disciplinar os outros, porque pensava que era a melhor maneira de corrigir os seus erros e mau comportamento. Mas depois de participar nesta formação, arrependi-me do que fiz aos meus alunos no passado. Agora, sinto que a minha estratégia não era boa, e que magoava os alunos emocionalmente e fisicamente. Estou a tentar mudar a minha perspetiva e vou tentar implementar as estratégias de disciplina positiva na sala de aula.”*

– professor do ensino secundário

## Qual é a diferença entre disciplina e castigo?

*“A disciplina é um método positivo para o desenvolvimento de cada pessoa, seja ela quem for. Este método consiste em ações que ajudam o desenvolvimento dos seres humanos como pessoas. Já o castigo físico é um comportamento que usa ações físicas e que tem um impacto negativo no desenvolvimento de um indivíduo.”*

– professor do ensino secundário

### Os Passos da Disciplina Positiva

Enquanto o castigo é um ato único, a Disciplina Positiva é um processo de quatro passos que reconhece e recompensa o comportamento adequado da seguinte forma:

**1. O comportamento adequado é descrito de forma específica:**

*“Falem mais baixo, por favor.”*

Em vez de gritar com os alunos por fazerem algo de errado, explique-lhes que tipo de comportamento espera deles no início de cada aula.

**2. São comunicadas as razões de forma clara:**

*“Vamos começar a nossa aula de matemática e todos têm que ouvir com atenção.”*

Esta instrução mostra aos alunos a importância do respeito pelos outros, e é um bom exemplo de como podemos tratar os outros como gostamos que nos tratem a nós. Dar instruções sem uma explicação pode mostrar-lhes qual o tipo de comportamento esperado, mas não a sua lógica. Ao explicarmos as nossas expectativas, os alunos aprendem a adaptar-se ao modelo de comportamento adequado e passam a tomar decisões positivas por si próprios.

**3. O reconhecimento é incentivado:**

*“Percebes porque é que não fazer barulho é tão importante?”*

Peça aos alunos para explicarem a importância do comportamento esperado. Isto vai fazer com que pensem sobre as razões em que se baseia o seu pedido, e vai ajudá-los a fazerem as suas próprias escolhas ao pensarem no impacto do seu comportamento nos outros alunos e na turma em geral.

**4. O comportamento adequado é consolidado:**

*“Como se portaram tão bem nesta aula, podem ter mais cinco minutos de intervalo de almoço.”*

Quando os alunos mostram um bom comportamento, este comportamento deve ser reconhecido e recompensado, o que os vai motivar a continuar o seu comportamento positivo. Olhar nos olhos, abanar a cabeça, esboçar um sorriso, dar mais cinco minutos de intervalo ao fim do dia, pontos extra, ou reconhecer o sucesso de um aluno perante a turma ou a escola (o reconhecimento social é a maior recompensa) são todas excelentes formas de reforçar o comportamento positivo.

Este processo é eficaz com crianças individualmente e também com turmas grandes. O truque é fazer as crianças sentir que estão na “equipa vencedora” (por exemplo, a turma toda sendo a equipa vencedora) e elogiar o esforço de cada criança em ajudar a equipa.

### *Conclusão*

O verdadeiro significado da palavra “disciplina” é “ensino”. A Disciplina Positiva contribui para o desenvolvimento mental, emocional e social dos jovens, e ensina-lhes lições que podem apoiá-los durante toda a vida. Assim que os alunos se comportem bem, reconheça-o e recompense-os de imediato, este é o conceito central da disciplina positiva.

Discuta as seguintes questões com os seus colegas:

- a. *Porque é importante darmos razões claras para os nossos pedidos?*
- b. *De que forma podemos reconhecer e recompensar o comportamento adequado na sala de aula?*

*“Quando os alunos se comportam bem, eu tento recompensá-los. Outra coisa que tento fazer é desenvolver uma relação de amizade com eles, tentar aproximar-me deles para que não sintam que estou distante, e para que estejam à vontade para falar comigo se houver algum problema.”*  
– professor do ensino secundário

## 3: Como podemos criar uma sala de aula positiva?

### *Desafios na Sala de Aula*

Os professores em Timor-Leste enfrentam muitos desafios e obstáculos ao implementarem estratégias de disciplina positiva nas salas de aula. O material escolar é insuficiente (por vezes faltam livros, mesas e cadeiras), muitos alunos estão habituados a serem castigados com violência, e os próprios professores por vezes acham que os seus alunos não compreendem outros métodos disciplinares. Outro desafio que os professores enfrentam é o elevado número de alunos em cada turma, que pode chegar até às 100 crianças numa sala de aula. Estes desafios podem desanimar muito os professores, por isso devemos encontrar abordagens criativas e construtivas que os ajudem a ultrapassar estes desafios e disciplinar os seus alunos de forma positiva.

*“Alguns dos obstáculos que enfrento*

*são os seguintes: por vezes há alunos a dormir na sala de aula, eles dormem na escola; e outro obstáculo que enfrento é que alguns alunos não prestam atenção ao que lhes ensino.”*

*– professor do ensino secundário*

### **Estratégias Bem Sucedidas para as Salas de Aula em Timor-Leste**

Os seguintes conselhos foram desenvolvidos e usados pelos professores e alunos nas três escolas com quem a Ba Futuru trabalhou como parte do projeto Consolidando a Paz na Vida das Crianças: Eliminando a Violência. Todos se têm revelado métodos eficientes em encorajar um comportamento adequado nas escolas. Fazemos um apelo para que tente algumas destas estratégias na sua própria sala de aula:

- Pedir aos alunos que chegam atrasados para fazerem pequenas tarefas que ajudem a escola.
- Pedir aos alunos que chegam atrasados para dançarem em frente a toda a turma.
- Falar de forma calma e tranquila com os alunos.
- Reforçar o bom comportamento de forma positiva ao dar tempo extra num intervalo.
- Pedir aos alunos que não estão a prestar atenção para repetirem o que o professor disse.
- Lembrar os alunos do seu erro e explicar porque está chateado com eles.
- Respire fundo e acalme os seus sentimentos antes de chamar à atenção dos alunos, para evitar reações violentas.
- Comunicar de forma clara e concisa, ouça os seus alunos e certamente o ouvirão a si.

## *Conselhos Pedagógicos para uma Sala de Aula Positiva*

A Disciplina Positiva deve ser apoiada por um ensino positivo. Existem várias formas de prevenir o mau comportamento durante o processo de ensino, ou pelo menos de lidar com o mau comportamento de uma forma eficaz e sem perturbar a aula. Aqui estão alguns exemplos e ideias que pode tentar implementar na sua sala de aula:

### **1. Conseguir a atenção dos alunos e falar de forma calma**

Certifique-se de que tem a atenção dos alunos e espere até que todos se acalmem e deixem de fazer barulho antes de começar a aula. Os professores mais experientes sabem que o seu silêncio é bastante eficiente. Pode até prolongar este silêncio por mais alguns segundos, de 3 a 5, depois da turma estar calma e em silêncio, para que saibam que estava à espera. Os alunos em breve se aperceberão que quanto mais os professores esperarem no início da aula, menos tempo livre terão no final. Quando estiver pronto para experimentar, fale num tom mais baixo do que o normal. Um professor sereno que fale num tom baixo por vezes pode conseguir ter uma sala de aula mais calma e sossegada do que um professor que fale muito alto, pois os seus alunos ficam quietos e atentos ao que tem para dizer.

### **2. Instruções diretas**

A incerteza aumenta o nível de agitação na sala de aula, o que pode resultar em mau comportamento. Comece, dizendo aos seus alunos exatamente o que irão fazer durante a aula, incluindo um horário concreto para algumas das atividades. Pode escolher terminar a descrição do horário das atividades da aula com a promessa de uma recompensa para quem mostrar um bom comportamento, por exemplo, “Penso que teremos tempo no final da aula para falarem com os vossos colegas, irem à biblioteca, ou fazerem trabalhos de outras disciplinas.”

### **3. Acompanhamento**

Circule; levante-se e ande pela sala de aula, especialmente quando os alunos estão a fazer trabalhos escritos ou a trabalhar em grupo. Verifique o seu progresso. Não interrompa ou tente anunciar algo a toda a turma a não ser que se aperceba que vários alunos estão a ter o mesmo problema. Fale num tom calmo, os alunos vão apreciar a sua atenção pessoal e positiva.

### **4. Indicações não-verbais**

Em algumas salas de aula, os professores têm uma pequena campainha na sua mesa, e quando a campainha toca, ainda que muito levemente, conseguem chamar a atenção de todos. Outros professores desenvolveram formas inteligentes e criativas de usar indicações não-verbais na sala de aula: alguns ligam e desligam a luz; outros batem com o giz ou um lápis no quadro. As indicações não-verbais também podem incluir expressões faciais, posturas corporais, sinais manuais, ou ritmos que os professores fazem batendo palmas que os alunos repetem, conseguindo assim a sua atenção. No entanto, estas indicações não-verbais devem ser escolhidas com cuidado, devem ser facilmente reconhecidas pelos alunos, e ajudá-los a prestar atenção ao que o professor está a dizer quando são utilizadas. Tome o seu tempo para explicar o que pretende dos alunos quando usa estas indicações.

## 5. Partilha

Assim como deve gostar de conhecer os seus alunos, os jovens muitas vezes querem saber coisas sobre si e os seus interesses. Inclua objetos pessoais na sua sala de aula, uma fotografia da sua família ou alguns objetos relacionados a um hobby ou coleção na sua mesa, podem incentivar conversas de nível pessoal com os seus alunos. Assim que o vão conhecendo melhor como pessoa, e não só como uma figura autoritária, deverá ter cada vez menos problemas de disciplina na sua sala de aula.

## 6. Intervenções súbtis

Um professor eficiente certificar-se-á que um aluno não é recompensado por mau comportamento ao torná-lo no centro das atenções. Este professor controlará a atividade da turma ao andar pela sala de aula e conseguirá antecipar os problemas que poderão ocorrer. Uma abordagem inteligente a um aluno que não tem um bom comportamento deve ser subtil, para que os outros alunos não se distraiam. Por exemplo, um professor pode mencionar nomes de alunos: se vir um aluno que está a falar ou que não esteja a participar na aula, pode simplesmente mencionar o nome do aluno de forma natural no seu diálogo. Para ilustrar este ponto, durante uma aula sobre energia solar, um professor pode perguntar a um aluno que não esteja a prestar atenção: *“Atoy, pode por favor explicar à turma porque é que a energia solar é tão importante para a nossa comunidade?”*

## Conclusão

Os professores em Timor-Leste enfrentam vários desafios para manterem a disciplina e a ordem nas salas de aula, incluindo turmas muito grandes, falta de recursos, e hábitos antigos de uso de castigos físicos para controlar o comportamento dos alunos. Abordagens criativas são necessárias para ultrapassar estes obstáculos e implementar métodos de disciplina positiva na sala de aula. Experimente utilizar alguns dos conselhos de ensino neste capítulo, e discuta outras ideias com os seus colegas. Lembre-se da importância de encorajar o desenvolvimento da criança e do objetivo a longo-prazo que é a sua educação: ao seguirem o seu exemplo positivo e ao serem recompensados pelo seu bom comportamento na sala de aula, os alunos desenvolvem capacidades que os irão ajudar para o resto das suas vidas.

- a. *Está a experienciar algum dos desafios mencionados neste capítulo para manter a disciplina? Que outros obstáculos enfrenta na sala de aula? Discuta com os seus colegas como poderão ultrapassar estes obstáculos de forma criativa usando o método da disciplina positiva.*
- b. *Porque acha que os alunos poderiam apreciar a sua atenção calma e pessoal enquanto monitoriza a sua turma?*
- c. *Como poderá atrair a atenção dos alunos utilizando formas não-verbais de comunicação?*

*“Se eu ou os meus amigos não cumprimos as regras da sala de aula, já não seremos castigados fisicamente pelos professores. Em vez disso, eles têm uma nova estratégia, isto é: pedem-nos para repetir a aula ou a matéria que já aprendemos. Além disso, quando chegamos atrasados, os professores já não nos mandam para casa, mas disciplinam-nos ao nos pedirem para apanharmos o lixo da escola ou para levarmos água para a casa de banho da escola.*

*Estes métodos ou estratégias são bons para nós porque assim não perdemos nenhuma das aulas na escola.”*  
– aluna do ensino secundário

## 4: Para onde vamos a partir daqui?

*“Como estudante estou feliz porque posso aprender e melhorar a minha compreensão e conhecimento de educação cívica.*

*Para termos um futuro melhor,*

*não podemos ficar pelas palavras, temos que passar à ação. Penso que a informação sobre disciplina positiva deve ser partilhada por todo o país, nomeadamente entre professores e pais, para que conheçam formas positivas de disciplinar as suas crianças.”*  
– aluna do ensino secundário

A Disciplina Positiva recompensa o bom comportamento, encoraja a cidadania positiva, e ajuda os jovens a tornarem-se adultos competentes, confiantes e felizes que se respeitam a si próprios e aos outros.

Ao fazer mudanças simples nos seus métodos de disciplina, poderá estar a contribuir para mudanças dramáticas e duradouras no funcionamento da sua sala de aula, e a ter um impacto positivo na aprendizagem e desenvolvimento dos alunos e do seu futuro.

As escolas com quem a Ba Futuru trabalhou durante o projeto *Consolidar a Paz na Vida das Crianças: Eliminar a Violência* fizeram um grande progresso para o fim da violência e da disciplina negativa nas salas de aula, e para criar um ambiente escolar positivo para alunos e professores.

Ao seguir as estratégias e conselhos deste manual e do DVD que o acompanha, também poderá começar a fazer mudanças positivas na sala de aula.

Agora que já leu o manual e viu o filme, o que vem a seguir?

- Tente seguir os Passos da Disciplina da Parte 2
- Tente implementar os Conselhos Pedagógicos para uma Sala de Aula Positiva da Parte 3

Aqui estão mais algumas ideias, que verificámos serem bastante eficazes em promover a disciplina positiva e um ambiente escolar sem violência:

- Comece reuniões de grupo regulares com representantes dos alunos e dos professores para discutir questões escolares e desenvolver soluções mutuamente benéficas.
- Desenvolva uma política de Proteção da Criança e Disciplina Positiva na sua escola que todos os professores assinem e concordem em seguir, incluindo formas adequadas de disciplinar os alunos, e sanções para o não-cumprimento (contactar a Ba Futuru para uma demonstração de política escolar).
- Desenvolva algumas regras de sala de aula (ver em baixo para mais informação).

## Como Desenvolver Regras na Sala de Aula

É frequente desenvolvermos regras como uma forma de antecipar e prevenir problemas de comportamento que podem surgir durante a gestão da sala de aula. Apresentamos agora algumas orientações gerais que poderão ser úteis para o desenvolvimento de regras na sala de aula:

- Faça poucas regras direcionadas ao comportamento adequado; nem você nem os seus alunos se vão lembrar de uma longa lista de regras.
- Afixe estas regras na sala de aula para que todos possam ver.
- Para o bom funcionamento da sala de aula considere estabelecer regras e resultados esperados para as seguintes questões:
  - a) início e fim de cada período ou dia, incluindo a forma de registo de presença e o que os alunos podem ou não fazer.
  - b) utilização de materiais e equipamento.
  - c) como pedir permissão para necessidades inesperadas (como ir à casa de banho ou afiar um lápis).
  - d) procedimentos para trabalho independente e de grupo.
  - e) como devem os alunos proceder para fazer perguntas ou respostas. Escolha regras que levem a um funcionamento ordeiro da sala de aula e a uma aprendizagem de sucesso.
- Não desenvolva regras de sala de aula que você não queira ou não seja capaz de implementar de forma consistente.
- As regras devem ser claras e compreensíveis e devem referir-se especificamente ao comportamento pretendido: “Mantenha as suas mãos e pés para si” é mais claro, e passa uma mensagem mais positiva, que “não lutar”.
- Escolha as regras que forem acordadas por unanimidade ou cumpridas por toda a escola. Se os alunos perceberem que não se podem comportar de certa maneira na sua aula, mas que o mesmo comportamento é permitido em outras aulas, irão testar a regra até aos limites, para verem onde “conseguem chegar” com o seu mau comportamento.
- Acima de tudo, envolva os alunos no desenvolvimento de regras para a sala de aula! Pode começar com o princípio “podem fazer o que quiserem nesta sala de aula, desde que não interfiram com os direitos dos outros, como os vossos colega de turma e o vosso professor”. Utilizando esta abordagem baseada nos Direitos de cada um, pergunte aos seus alunos para identificarem comportamentos aceitáveis e não aceitáveis por violarem os direitos dos outros. Desenvolva regras para cumprir estes direitos e punições para quem não as cumprir. Lembre-se que estas punições devem ajudar a criança a aprender e que devem ser consistentes com o tipo de mau comportamento: isto é, as punições são criadas para o benefício da criança e do resto da turma.
- Peça aos seus alunos para desenvolverem uma “constituição para a sala de aula” ou um “quadro de regras da sala de aula” que possa ser claramente afixado na sala de aula. Peça-lhes para assinarem este documento, para que concordem por escrito em aderir às regras, e se as violarem, sofrerão as consequências.
- Reveja regularmente as regras da sala de aula para verificar se todas as regras continuam a ser necessárias.

*“A minha mensagem para os meus colegas professores é a seguinte: sabemos que*

*devemos tratar os alunos como seres humanos porque eles são o futuro da nossa nação.*

*Então, devemos evitar o uso de castigos físicos, para que eles não façam o mesmo no futuro. Para podermos evitar este comportamento, nós como professores temos que estar sempre a pensar em formas de ensinar os nossos alunos utilizando métodos de disciplina positiva.”*

*– professor do ensino secundário*

## *Contacto e Mais Informações*

Se quiser obter mais informação sobre disciplina positiva ou proteção da criança, ou se quiser outra cópia deste manual ou vídeo, por favor contacte a Ba Faturu ou visite-nos no nosso Centro da Paz perto do Aeroporto Internacional de Dili. Este manual está disponível nas versões Tetum – Inglês e Tetum – Português.

A Ba Faturu dispõe de manuais adicionais com informação sobre disciplina positiva e proteção das crianças, incluindo:

- Uso da Não-Violência com Crianças – Guia para Professores e Educadores de Crianças em Timor-Leste.
- Guia de Artes Transformativas e Educação sobre os Direitos Humanos.
- Manual da UNESCO “Disciplina Positiva numa Sala de Aula Inclusiva e Promotora da Aprendizagem: Guia para Professores e Formadores de Professores”.

Todos estes materiais estão disponíveis em Tetum e Inglês.

### **Ba Faturu**

Peace Center, Comoro Road, Seroja, Golgota, Dili, Timor-Leste  
www.bafuturu.org  
tel: 3322437

Para mais informação sobre a formação de professores, por favor contactar o Instituto Nacional de Formação de Docentes e Profissionais da Educação (INFORDEPE):

Antoninho Pires, Vice-presidente para o GAFPC (Gabinete de Assuntos de Formação Profissional Contínua).  
tel: 7304156  
antoninhopires@hotmail.com

## *Conclusão*

Fale com outros professores, o seu diretor e a associação de pais da sua escola, no sentido de identificarem formas de trabalhar em conjunto com os alunos para criar uma escola sem violência e com disciplina positiva. Não se esqueça de considerar sempre o objetivo a longo-prazo da educação ao orientar o comportamento e aprendizagem dos seus alunos. Boa sorte para a criação de salas de aula positivas, que ajudarão a construir um futuro melhor para Timor-Leste!

*“Estou muito grato pelo envolvimento dos alunos, dos professores e da Ba Faturu nestas reuniões bimensais onde podemos partilhar perspetivas sobre como consolidar o uso de estratégias de disciplina positiva nas salas de aula. Gostaria também de pedir à Ba Faturu que não limite a partilha desta informação à nossa escola: consolidar a paz em todo o país é a missão que a Ba Faturu deve realizar, continuando a partilhar informação com outras escolas para que todas possam funcionar com um só sistema, que não use castigos físicos, mas sim estratégias de disciplina positiva.”*

– professor do ensino secundário

## Bibliografia

As seguintes fontes foram utilizadas para a compilação deste manual. Todas elas estão disponíveis em Inglês e Tetum.

*Trauma and Violence Manual*, PRADET, Dili, Timor-Leste, 2006.

*Positive Discipline in the Inclusive, Learning-friendly Classroom: A Guide for Teachers and Teacher Educators*, UNESCO, Bangkok, Thailand, 2010.

*Responding to Children who have Experienced Trauma and Violence through Child Abuse – A Resource Kit to Assist Training*, East Timor, PRADET, Dili, Timor-Leste, April 2003.

*Transformative Arts and Human Rights Facilitation Manual*, Ba Futuru, Dili, Timor-Leste, 2010.

*Use of Non-Violence with Children: A guide for teachers and childcare staff in Timor-Leste*, Ba Futuru, Dili, Timor-Leste, 2008.

## Anexo I: Tipos de Abuso

**Abuso Físico:** inclui lesões, contusões e/ou dores resultantes de abuso (incluindo lesões internas) ou negligência, por exemplo:

- Bater
- Esbofetear
- Beliscar
- Queimar
- Amarrar

Lesões resultantes de ações como estas são consideradas de abuso independentemente de o tutor ter, ou não, a intenção de magoar a criança.

**Abuso Emocional:** é um padrão de comportamento que impede o desenvolvimento emocional de uma criança e da sua auto-estima. Isto pode consistir em criticismo constante, ameaças, ou rejeição, assim como na retenção de carinho, apoio ou orientação. Exemplos de abuso emocional incluem:

- Abuso verbal severo
- Rejeição contínua
- Exposição a violência doméstica
- O comportamento dos pais prejudica o bem-estar da criança

O abuso emocional pode resultar numa série de comportamentos negativos na criança, incluindo negação, agressão, depressão, uso de drogas, delinquência, fuga, medo de voltar a casa, timidez anormal e a evitação de contacto físico.

**Abuso Sexual:** ocorre quando um adulto (alguém maior e/ou mais velho) usa o seu poder ou autoridade sobre a criança para a envolver numa atividade sexual. Normalmente este tipo de abuso envolve muito secretismo e coerção. Exemplos de abuso sexual incluem:

- Qualquer ameaça sexual imposta a uma criança ou jovem
- Um conjunto amplo de atos sexuais incluindo: tocar os órgãos genitais, sexo oral, penetração vaginal ou anal com dedos, língua, pénis ou qualquer outro objeto
- Exposição a pornografia

**Negligência:** falta de atenção e interesse na satisfação das necessidades de vida básicas de uma criança, por exemplo: alimentação, vestuário, alojamento, supervisão e tratamento médico, de forma que a saúde, crescimento e/ou desenvolvimento da criança sejam postos em causa. Exemplos de negligência incluem:

- Incapacidade de satisfazer as necessidades básicas
- Incapacidade para cuidar da saúde de uma criança ou de providenciar assistência médica
- Deixar uma criança sozinha sem supervisão
- Falta de estímulo
- Abandono

## Anexo II: O que fazer em relação ao trauma e abuso infantil?

Os educadores têm um papel essencial no desenvolvimento das crianças. Primeiro, como educador, você tem a responsabilidade de encontrar formas não-abusivas de disciplinar os alunos. Tem também a oportunidade de ser uma pessoa com quem eles podem partilhar os seus problemas de forma segura. As crianças são vulneráveis, por isso os adultos devem apoiá-las e protegê-las no seu quotidiano. Apoiar as crianças não significa só apoiar as suas necessidades físicas, mas também apoiá-las de forma emocional. As crianças podem tornar-se vulneráveis quando têm problemas, porque ainda não sabem como resolver os seus problemas, devido à sua idade e ao fato de terem pouca experiência. Não é fácil aproximarmo-nos de crianças que têm problemas, mas devemos tentar falar com elas e compreendê-las para podermos apoiá-las.

### *Princípios de Proteção das Crianças*

- As crianças merecem uma infância sem abusos. Os direitos e bem-estar da criança devem ser respeitados.
- Os pais devem ser os principais protetores das suas crianças e devem ser capazes de satisfazer as suas necessidades básicas.
- A segurança, bem-estar e conforto da criança são o mais importante. Quando existe um conflito entre os interesses dos pais e os da criança, o bem-estar da criança é fundamental.
- As crianças e os jovens devem ter a oportunidade de participar, de forma adequada ao seu desenvolvimento, nas decisões que podem ter um impacto significativo nas suas vidas.
- As famílias devem ter a oportunidade de participar no desenvolvimento das suas crianças.
- As decisões sobre os direitos da criança têm que ter em conta a cultura, linguagem, religião, género e capacidade da criança.
- As intervenções só devem ocorrer no caso de ser necessário assegurar a segurança, bem-estar e conforto da criança.
- A identidade de uma criança em risco *não deve* ser partilhada, a não ser que seja essencial para que possa ser assistida.
- Se uma criança não pode viver com a sua família, deve poder viver num ambiente onde todas as suas necessidades sejam satisfeitas.
- Todas as agências e serviços (governamentais e não-governamentais) devem assegurar que os seus trabalhadores são devidamente treinados, avaliados e supervisionados.

45%  
&  
27%

Antes da formação da Ba Futuro, 45% dos alunos inquiridos e 27% dos professores inquiridos em duas escolas secundárias sénior de Dili relataram não conhecer as instituições que podem apoiar as vítimas de abuso.

## *Aprenda a identificar crianças vítimas de trauma e/ou abuso*

**Trauma:** Lesão psicológica ou emocional causada por uma experiência profundamente perturbadora.

Os efeitos psicológicos do trauma têm uma maior probabilidade de serem severos se forem causados por ação humana, repetida, imprevisível, envolvendo mais do que um tipo de evento, sádica, experienciada na infância e perpetrada por um encarregado de educação ou pessoa de confiança.

Na sua escola, poderá observar dia após dia as formas como a criança expressa a dor, o trauma, a perda e a ansiedade que carrega dentro de si. As crianças podem expressar estes sentimentos de várias formas – por vezes a criança ficará zangada e violenta; outras vezes a criança parecerá estar distraída e poderá ter dificuldades em concentrar-se; outras vezes ainda, a criança poderá estar tímida e inibida. Cada um deste tipo de comportamento pode mostrar que a criança experiencia um trauma. Em vez de castigar a criança e forçá-la a participar, você pode ajudá-la a ultrapassar esse trauma. Por esta razão, é importante que você se sinta à vontade para falar com a criança se ela vier falar consigo. As crianças têm muita dificuldade em articular os seus problemas, no entanto, podemos aprender muito sobre os seus problemas através dos seus gestos e linguagem corporal.

### **Exemplos de comportamento que podem indicar um problema:**

1. Quando falamos com elas, elas ficam nervosas ou começam a coçar-se.
2. A criança agride-se a si própria ou magoa-se propositadamente de várias maneiras e de forma frequente.
3. Quando a criança chora inesperadamente.
4. Quando a criança não quer ir a algum sítio ou passar tempo com uma pessoa em específico (isto pode indicar que o sítio onde a criança não quer ir é onde ela experiencia o abuso, ou que a pessoa com quem ela não quer passar tempo está a abusar da criança).
5. Quando a criança treme e/ou sente frio sem razão aparente.
6. Quando a criança fala e/ou se ri sozinha.
7. Quando a criança parece distante ou esconde a sua cara com as mãos (isto pode ser um sinal de abuso sexual).

44%  
91%

Antes da formação sobre os direitos da criança com a Ba Futuru, só 44% dos professores inquiridos de duas escolas secundárias sénior em Dili eram capazes de mencionar sinais de trauma nas crianças. No entanto, depois da formação, 91% dos mesmos professores demonstraram ser capazes de reconhecer estes sinais.

## Anexo III: Onde procurar ajuda?

Se os seus estudantes forem vítimas de abuso, negligência ou maus tratos e precisarem de assistência, os sítios onde pode encontrar ajuda estão indicados em baixo. Os sítios onde provavelmente poderá conseguir apoio imediato são a comunidade e a família. Estes são recursos importantes, mas dependendo da natureza do problema, podem ou não ser apropriados (por exemplo, se a violação é da autoria de alguém da família mais próxima, pode ser difícil conseguir o apoio desses familiares).

### **Justiça Tradicional**

- Chefes de Suco (mediação)
- Igreja

### **Saúde**

- Saúde Mental no Ministério da Saúde  
PRADET Safe House – 3321562  
Abuso Sexual – 7254597 (24 horas)

### **Colocações**

- Ministério da Solidariedade Social – 7274156 (24 horas)

### **Governo e Serviços Sociais**

- Departamento Nacional da Reinserção Social (DNRS):  
Proteção da Criança – Sr. Florencio 7345430
- Departamento de Mulheres Vulneráveis – Sra Joana 7339883
- PRADET (NGO) – 7254597 (24hrs)
- Fokupers (NGO) – 3321534 (24hrs)
- Homens Contra Violência – 7264240 / 7251218
- Rede Feto – 3317405
- Ba Futuru – 3322437

### **Legal**

- VSS (Serviços de Apoio à Vitima) 7295795 / 3323883
  - Merita Correia (Coordenador VSS – Dili) – 724 4304  
merita@jsmp.minihub.org
  - Marcelina Amaral (Advogado VSS – Dili) – 7275553  
lina@jsmp.minihub.org
  - Jose Soares (Advogado VSS – Baucau) – 7315620  
jose@jsmp.minihub.org
  - Xisto Soares (Advogado VSS – Suai) – 7391979  
soares.2882@jsmp.minihub.org
  - Laura Afonso de Jesus (Advogado VSS – Suai ) – 7412880  
laura@jsmp.minihub.org
  - Mario Duarte Soriano  
(Responsável da Base de Dados VSS – Dili) – 7444072  
rito@jsmp.minihub.org

### **Polícia**

- PNTL Urgências – 112
- PNTL Unidade de Pessoas Vulneráveis (UPV) – 112