



# Living Values Education

*Biblioteca Arco-íris  
Série de Atividades  
sobre Valores*

## RESPEITO

Para crianças de 8 a 14 anos

*Para pais, diretores de escolas e professores de todos os lugares*

Os materiais e atividades neste livreto de Valores Arco-Íris foram adaptados de “Atividades com Valores para Crianças de 8 a 14 anos” de Diane Tillman (Copyright © Association for Living Values Education International ALIVE) disponível no site [www.amazon.com](http://www.amazon.com)

Mais informações sobre a série de apostilas Arco-Íris do Vivendo Valores na Educação estão disponíveis em [www.livingvalues.net/resources](http://www.livingvalues.net/resources) (site internacional) [www.vivendovalores.org.br/biblioteca-arco-iris](http://www.vivendovalores.org.br/biblioteca-arco-iris) (site em português)

Associação Internacional Vivendo Valores na Educação

**Vivendo Valores**

**RESPEITO**

Para crianças de 8 a 14 anos

DESENVOLVIDO E ESCRITO POR Diane G. Tillman

Com atividades e histórias de

Pilar Quera Colomina, Lamia El-Dajani, Linda Heppenstall, Sabine Levy,

Ruth Liddle, John McConnel e Márcia Maria Lins de Medeiros e outros educadores de todo o mundo

© 2017 Associação Internacional Vivendo Valores na Educação (ALIVE Association for Living Values Education International)

Endereço: 3, Avenue de Miremont, 1211 Genève 21, Switzerland

Email: [lve@livingvalues.net](mailto:lve@livingvalues.net)

**Contato no Brasil:**

[www.vivendovalores.org.br/fale-conosco](http://www.vivendovalores.org.br/fale-conosco) ou [vivendovaloresbrasil@gmail.com](mailto:vivendovaloresbrasil@gmail.com)

Esta é uma atualização do livro original do ano 2000, “Atividades com Valores para Crianças de 8 a 14 Anos”, publicado por Health Communications, Inc.

Nota de novembro de 2017

O livro original está disponível no site [www.amazon.com](http://www.amazon.com).

Todos os direitos reservados. Este livro é um recurso com propostas educacionais baseadas em valores. Nenhuma parte desta publicação poderá ser reproduzida, incluindo reprodução dentro de outros materiais, sem prévia permissão por escrito do titular dos direitos autorais.

Para melhores resultados, recomenda-se os Workshops do Programa Vivendo Valores na Educação. **Para informações acerca de workshops sobre desenvolvimento profissional, contate [www.vivendovalores.org.br/fale-conosco](http://www.vivendovalores.org.br/fale-conosco) ou [vivendovaloresbrasil@gmail.com](mailto:vivendovaloresbrasil@gmail.com).**

Os detalhes de contatos dos associados ALIVE e dos lugares de contato do VIVE estão disponíveis no link “Contate-nos” do website [www.livingvalues.net](http://www.livingvalues.net).

Design de capa & arte de David Andor [www.wavesourcedesign.com](http://www.wavesourcedesign.com)

Arte interior de Wayan Aristana, Karuna Bali Foundation/ Associado VIVE, Indonésia.

## CONTEÚDO

Nota da Autora.....	3
Definindo o Contexto .....	4
A Necessidade de Valores e Educação de Valores.....	4
Propósitos e Objetivos do VIVE.....	5
Abordagem do Vivendo Valores .....	5
Explorando e Desenvolvendo Valores.....	7
Ensinando Valores .....	7
Atmosfera Baseada em Valores .....	7
Componentes das Unidades sobre as Atividades do Programa Vivendo Valores .....	8

### Nota da Autora

Tive o privilégio de envolver-me com o Vivendo Valores na Educação (VIVE) por 21 anos escrevendo livros de recursos educacionais e viajando ao redor do mundo para realizar workshops e seminários na UNESCO, escolas, universidades, centros de retiros e acampamentos de refugiados.

Quando me envolvi inicialmente com o VIVE, concentrei-me em desenvolver um programa que fosse capaz de ajudar todos os jovens a explorar e desenvolver valores. Queria desenvolver algo que envolvesse e inspirasse os jovens marginalizados e também que desafiasse os jovens privilegiados a olharem além de seus círculos habituais. Eu ainda tinha que entender profundamente a importância dos valores ou educação de valores. Vinte e um anos depois, vejo agora o mundo através de uma lente de valores. Tenho a honra de fazer parte da família global VIVE enquanto continuamos co-criando o VIVE. Muitas vezes me senti devastada, como tenho certeza de que você se sente, ao ler sobre violência e atrocidades em relação a crianças e aldeões, a situação difícil de mulheres e crianças em muitas partes do mundo, a miséria dos refugiados e os horrores da violência em tantos países ao redor do globo. Eu acredito que educar corações e mentes é um componente essencial para criar um mundo pacífico, sensato e de bem-estar para todos.

A falta de educação básica deixa os jovens incrivelmente vulneráveis, passíveis de os outros tirarem vantagens deles e geralmente condenados a uma vida de pobreza. Eles são suscetíveis a acreditar naquilo que aqueles com autoridade lhes dizem. Como exemplo, se você fosse um jovem sem educação, e um soldado poderoso lhe entregasse um rifle e oferecesse bem-estar para você e sua família se você matasse, que decisão você tomaria? Ainda assim, nos países desenvolvidos, onde existem bons sistemas de educação, milhares de jovens viajaram para se juntar a grupos radicais. Muitos desses jovens são marginalizados e querem pertencer a uma “família” maior para estar em um lugar onde a coragem e qualidades deles são admiradas. A primeira instância denuncia a falta de educação básica, a segunda a falta de educação dos corações. A importância da Educação para Todos e o desenvolvimento de um ambiente de aprendizagem baseado em valores como parte integrante da educação de valores não são exageros.

Se fôssemos expandir essa visão para fora, poderíamos perguntar como a humanidade se envolveu em um estado aparentemente de violência contínua. Quais são os antivalores que criam violência e guerra? Quais são os valores, atitudes e habilidades de comunicação que criam paz, igualdade, dignidade, pertencimento e bem-estar para todos? O que queremos no nosso mundo?

O que os jovens aprendem é depois tecido no tecido da sociedade. Quando a educação tem valores positivos em seu coração, e a expressão resultante deles como seu objetivo, criaremos um mundo melhor para todos. Valores como paz, amor, respeito, honestidade, cooperação e liberdade são a força de sustentação da sociedade e do progresso humanos.

Obrigado por se juntar à família Educação dos Valores de Vida para ajudar a fazer uma diferença positiva para crianças, educadores, famílias, comunidades e o mundo.

Diane Tillman

### Definindo o Contexto

O Vivendo Valores na Educação (VIVE) é um esforço global dedicado a educar corações e mentes. O VIVE fornece uma abordagem e ferramentas para ajudar as pessoas a se conectarem com seus próprios valores e a vivê-los. Durante os workshops de desenvolvimento profissional, os educadores estão engajados em um processo para capacitá-los a criar uma atmosfera baseada em valores na qual os jovens são amados, valorizados, respeitados, compreendidos e seguros. Pedimos aos educadores que facilitem atividades de valores sobre paz, respeito, amor, cooperação, felicidade, honestidade, humildade, responsabilidade, simplicidade, tolerância, liberdade e união para envolver os alunos na exploração e escolha de seus próprios valores pessoais enquanto desenvolvem habilidades intrapessoais e interpessoais para 'viver' esses valores. Os alunos logo se tornam co-criadores de uma cultura de paz e respeito. Uma comunidade de aprendizagem baseada em valores promove relacionamentos positivos e educação de qualidade.

### A Necessidade de Valores e Educação de Valores

Os valores da paz, amor, respeito, honestidade, cooperação e liberdade criam um tecido social de harmonia e bem-estar. Como você gostaria que as escolas fossem? Como você gostaria que o mundo fosse? Reflita por um momento sobre a escola ou o mundo que você gostaria.

Crianças e jovens crescem em direção ao seu potencial em ambientes de aprendizagem de qualidade com uma cultura de paz e respeito. Poucos jovens têm uma atmosfera de aprendizagem baseada em valores. A cultura de julgar, culpar e desrespeitar é muitas vezes mais próxima da norma e é frequentemente misturada a níveis variados de bullying, discriminação, problemas sociais e violência.

O desafio de ajudar crianças e jovens a adquirir valores não é mais tão simples quanto décadas atrás quando ser um bom modelo e relatar histórias morais eram geralmente suficientes. Filmes e videogames violentos glorificam a violência e dessensibilizam a juventude para o efeito de tais ações. Os jovens veem pessoas que demonstram ganância, arrogância e comportamento negativo recompensados com admiração e status. Os jovens são cada vez mais afetados por bullying, problemas sociais, violência e falta de respeito uns pelos outros e pelo mundo ao seu redor. A

mídia social geralmente afeta negativamente os adolescentes, que já são emocionalmente vulneráveis. Cyber-bullying é associado ao aumento da taxa de suicídio de pré-adolescentes e adolescentes. Jovens marginalizados e problemáticos raramente atingem seu potencial sem uma educação de qualidade. Sentimentos de inadequação, mágoa e raiva muitas vezes descem em espiral enquanto maldade, bullying, uso de drogas, taxas de abandono, crimes e suicídios aumentam.

Como educadores, facilitadores e pais, há muitas coisas que podemos fazer para evitar essa tendência descendente e criar bem-estar para os jovens e nosso mundo. Como Aristóteles disse: “Educar a mente sem educar o coração não é educação alguma”.

### Propósitos e Objetivos do VIVE

Os objetivos e propósitos do Vivendo Valores na Educação foram criados por vinte educadores de todo o mundo quando se reuniram na sede do UNICEF em Nova York em agosto de 1996. O propósito permanece inalterado. Os objetivos foram ligeiramente aumentados, assim como nossa experiência e compreensão desde então.

O propósito do VIVE é fornecer princípios e ferramentas para o desenvolvimento de toda a pessoa, reconhecendo que o indivíduo é composto de dimensões físicas, intelectuais, emocionais e espirituais.

Os objetivos são:

- Ajudar os indivíduos a pensarem a respeito e refletirem sobre os diferentes valores e as implicações práticas de expressá-los em relação a eles mesmos, aos outros, à comunidade e ao mundo em geral.
- Aprofundar o conhecimento, a compreensão, a motivação e a responsabilidade em relação a fazer escolhas pessoais e sociais positivas.
- Convidar e inspirar indivíduos a explorarem, experimentarem, expressarem e escolherem seus próprios valores pessoais, sociais, morais e espirituais e aprenderem métodos práticos para desenvolvê-los e aprofundá-los.
- Incentivar e dar suporte a educadores e cuidadores para encararem a educação como uma forma de fornecer aos estudantes uma filosofia de vida, facilitando assim seu crescimento geral, desenvolvimento e escolhas para que possam integrar-se à comunidade com respeito, confiança e propósito.

### Abordagem do Vivendo Valores

#### Declaração de Visão

O Vivendo Valores na Educação é uma maneira de educar que promove o desenvolvimento de comunidades e locais de aprendizado baseado em valores que procuram o significado e propósito no âmago da educação. O VIVE enfatiza o valor e a integridade de cada pessoa envolvida com a educação, seja no lar, na escola ou na comunidade.

Ao promover uma educação de qualidade, o VIVE apoia o desenvolvimento geral do indivíduo e uma cultura de valores positivos em cada sociedade e em todo o mundo, acreditando que a educação é uma atividade com propósito, com o objetivo de ajudar a humanidade a florescer.

### **Princípios Fundamentais**

O Vivendo Valores na Educação baseia-se nos seguintes princípios fundamentais:

#### **Sobre o ambiente de aprendizado e ensino**

1. Quando valores positivos e a procura por significado e propósito são colocados no âmago do aprendizado e ensino, a própria educação é valorizada.
2. A aprendizagem melhora quando ocorre dentro de uma comunidade de aprendizagem baseada em valores, onde os valores são transmitidos através do ensino de qualidade, e os alunos discernem as consequências para si, para os outros e para o mundo em geral das ações que são e não são baseadas em valores.
3. Ao tornar possível um ambiente de aprendizado baseado em valores, os educadores não apenas necessitam de uma formação de qualidade como professores e desenvolvimento profissional contínuo, mas também ser valorizados, nutridos e cuidados dentro da comunidade de aprendizado.
4. Dentro da comunidade de aprendizagem baseada em valores, relacionamentos positivos se desenvolvem a partir do cuidado que todos os envolvidos têm uns pelos outros.

#### **Sobre o ensino de valores**

1. O desenvolvimento de um ambiente de aprendizagem baseado em valores é parte integrante da educação de valores e não uma mera opção.
2. A educação de valores não é apenas um item no currículo. Primeiramente é pedagogia, uma filosofia e prática educacional que inspira e desenvolve valores positivos na sala de aula. O ensino baseado em valores e a reflexão guiada apoiam o processo de aprendizagem como um processo de construção de significado, contribuindo para o desenvolvimento do pensamento crítico, imaginação, compreensão, autoconsciência, habilidades intrapessoais e interpessoais e consideração aos outros.
3. Educadores com valores efetivos estão cientes de seus próprios pensamentos, sentimentos, atitudes e comportamentos e são sensíveis ao impacto que eles têm sobre os outros.
4. Um primeiro passo na educação de valores é que os professores desenvolvam uma percepção clara e precisa de suas próprias atitudes, comportamentos e alfabetização emocional como uma ajuda para viver seus próprios valores. Eles podem então ajudar a si mesmos e encorajar outros a aproveitarem o melhor de suas próprias qualidades pessoais, culturais e sociais, herança e tradições.

#### **Sobre a natureza das pessoas no mundo e o discurso da educação**

1. O conceito do Vivendo Valores na Educação é uma visão das pessoas enquanto pensando, sentindo, valorizando os seres humanos como um todo, culturalmente diversificados e ainda assim pertencentes a uma única família mundial. A educação deve, portanto, preocupar-se com o bem-estar intelectual, emocional, espiritual e físico do indivíduo.

2. O discurso da educação, do pensar, sentir e valorizar é analítico e poético. Estabelecer um diálogo sobre valores dentro do contexto de uma comunidade de aprendizagem baseada em valores facilita um intercâmbio interpessoal e transcultural sobre a importância e os meios de transmitir valores na educação.

## Explorando e Desenvolvendo Valores

### Ensinando Valores

As atividades sobre valores do VIVE são desenvolvidas para motivar os alunos e envolvê-los no pensar sobre si mesmos, sobre os outros e sobre o mundo de formas relevantes. As atividades são desenvolvidas para provocar experiências interiores de valores e construir recursos internos. São desenvolvidas para empoderar e para suscitar seu potencial, criatividade e dons internos. Os alunos devem refletir, imaginar, dialogar, comunicar, criar, escrever a respeito, expressar-se artisticamente e jogar com os valores. No processo, desenvolvem-se competências pessoais, sociais e emocionais, bem como competências sociais positivas e construtivas. Isso se faz mais eficientemente quando há uma atmosfera baseada em valores e quando os professores são apaixonados pelos valores.

### Três Premissas Básicas

Os recursos materiais do VIVE são produzidos com base em três premissas. A primeira delas é retirada de um princípio do Preâmbulo da Carta das Nações Unidas: “reafirmar a fé nos direitos humanos fundamentais, na dignidade e valor da pessoa humana...”

- Os valores universais ensinam respeito e dignidade por toda e qualquer pessoa. Aprender a apreciar esses valores promove o bem-estar dos indivíduos e da sociedade como um todo.
- Todo aluno preocupa-se com os valores e tem capacidade de criar e aprender positivamente quando lhe são dadas as oportunidades.
- Os alunos progredem em atmosfera baseada em valores, de ambiente positivo e seguro, de mútuo respeito e cuidado -onde são reconhecidos como sujeitos capazes de aprender a tomar decisões socialmente conscientes.

Há dois processos complementares. O primeiro é a criação de uma atmosfera baseada em valores; o segundo é o processo dentro da facilitação das atividades.

### Atmosfera Baseada em Valores

Sentindo-se Amado, Valorizado, Respeitado, Compreendido e Seguro

Uma vez que os valores devem ser “capturados”, tanto quanto “ensinados”, os adultos envolvidos são essenciais para o sucesso do programa, já que os jovens aprendem melhor pelo exemplo e são mais receptivos quando o que é compartilhado é experimentado. O estabelecimento de uma atmosfera baseada em valores é essencial para melhor exploração e desenvolvimento.

### Modelando os Valores a partir do Próprio Interior

Nos workshops do VIVE, os educadores devem refletir sobre os valores nas suas vidas e identificar quais são os mais importantes para eles. Em outra aula, eles devem compartilhar os métodos de ensino de qualidade que podem usar para criar o clima que desejam para a aula. Ensinar valores requer do educador o desejo de ser um modelo e a crença na dignidade e respeito

por todos. Isso não significa que precisamos ser perfeitos para ensinar VIVE; entretanto requer um comprometimento pessoal para “viver” os valores que queremos ver nos outros e um desejo de ser cuidadoso, respeitoso e não violento.

### **Técnicas para Criar uma Atmosfera Baseada em Valores**

O Modelo Teórico e o workshop do VIVE sobre “Reconhecimento, Encorajamento e Construção de Comportamentos Positivos” combinam os ensinamentos de gerenciamento de contingências com uma abordagem humanizadora, ou seja, a compreensão de que é amor e respeito que queremos enquanto seres humanos. Demonstrar interesse e respeitar os alunos, destacando suas características relevantes ao longo do tempo são práticas que podem ser usadas para construir a capacidade dos alunos de analisar seu próprio comportamento e competências acadêmicas e para desenvolver a autoavaliação positiva e motivação intrínseca. Nessa abordagem, há um foco nas relações humanas e na sensibilidade ao nível de receptividade e necessidades dos alunos.

As técnicas para criar uma atmosfera com base em valores também incluem: escuta ativa; regulamentação colaborativa; avisos de silêncio, que geram tranquilidade, foco, sentimentos de paz ou respeito; resolução de conflitos; e disciplina baseada em valores. A escuta ativa é útil como método de reconhecimento com alunos resistentes, cínicos e/ou “negativos”.

### **Componentes das Unidades sobre as Atividades do Programa Vivendo Valores**

Há 12 unidades sobre valores no Atividades do Vivendo Valores para Crianças de 8 a 14 Anos. Cada unidade é desenvolvida para todos os alunos, com foco no bem-estar de alunos marginalizados e resistentes. A sequência das atividades tem como finalidade otimizar o pleno envolvimento pela via de menor resistência ao tornar o valor relevante e benéfico para o aluno e sua vida. Por exemplo, dar palestras para os alunos sobre não brigar na escola não é um método eficiente para criar paz e respeito e pode servir para estimular a indiferença ou ressentimento de alunos já marginalizados.

Por outro lado, começar uma paz com um exercício de imaginação provoca a criatividade natural de todos os alunos. Uma vez que os alunos desenvolvem uma voz pela paz, eles se empoderam mais para debater sobre os efeitos da paz -e da violência. Cada Unidade sobre valor é pensada para começar com um estímulo de valores para criar relevância e significado.

Muito frequentemente, os valores são ensinados apenas a nível de consciência, sem construir a compreensão cognitiva e as competências sociais e emocionais importantes na capacidade de “viver” esses valores. Por essa razão, recomenda-se que os educadores usem todas ou quase todas as lições encontradas em cada unidade sobre valor que desejam que os alunos explorem. É mais provável que eles desenvolvam amor pelos valores e se comprometam a implementá-los se explorarem os valores em diversos níveis e desenvolverem as competências pessoais e sociais que os permitem experimentar os benefícios de viver aqueles valores. Considerando que os backgrounds e necessidades dos alunos variam, estejam à vontade para adaptar as atividades às suas necessidades e ao seu estilo.

Esperamos que você e os jovens com quem você trabalha gostem do Programa Vivendo Valores na Educação. Obrigado por sua dedicação para educar corações, tanto quanto mentes.



## Conteúdo

UNIDADE - RESPEITO.....	10
Lições sobre Respeito .....	10
Pontos de reflexão sobre respeito: .....	10
Metas e objetivos.....	10
RESPEITO - LIÇÃO 1 .....	11
Respeito, desrespeito e qualidades.....	11
RESPEITO - LIÇÃO 2 .....	14
História .....	14
RESPEITO - LIÇÃO 3 .....	15
Mapeando a mente em uma cultura de respeito e em uma cultura de desrespeito .....	15
LIÇÕES DE RESPEITO 5 A 9.....	17
Cores de respeito e desrespeito e móveis Eu .....	17
RESPEITO - LIÇÃO 5 .....	17
RESPEITO - LIÇÃO 6 .....	18
RESPEITO - LIÇÃO 7 .....	19
RESPEITO - LIÇÃO 8 .....	19
RESPEITO - LIÇÃO 9 .....	20
RESPEITO - LIÇÃO 10 .....	21
Histórias .....	21
RESPEITO - LIÇÃO 11 .....	21
Cumprimentos do mundo .....	21
RESPEITO - LIÇÃO 12 .....	21
Diferença de opinião.....	21
RESPEITO - LIÇÃO 13 .....	23
Estratégias para encerrar o conflito .....	23
RESPEITO - LIÇÃO 14 .....	25
Uma árvore .....	25
RESPEITO - LIÇÃO 15 .....	25
Maneiras diferentes de respeitar.....	25
RESPEITO - LIÇÃO 16 .....	25
Respeito pelos amigos .....	25
RESPEITO - LIÇÃO 17 .....	26
Cartões de situações .....	26
RESPEITO - LIÇÃO 18 .....	27
Respeito pelo meio ambiente .....	27

## UNIDADE - RESPEITO

### Lições sobre Respeito

Em adição à lista de pontos de reflexão abaixo, use provérbios favoritos de sua cultura, lendas ou citações individuais sobre respeito.

Toque uma música todos os dias quando iniciar a hora dos valores. Você pode ensinar canções tradicionais ou pedir aos estudantes para trazerem canções relacionadas ao tema. Os estudantes podem construir seus próprios pontos de reflexão ou slogans.

### Pontos de reflexão sobre respeito:

- O primeiro respeito é o respeito por mim mesmo --saber que eu sou naturalmente valioso.
- Parte do respeito próprio é conhecer minhas próprias qualidades.
- Respeito é saber que eu sou único e valioso.
- Respeito é saber que eu sou amável e capaz.
- Respeito é ouvir os outros.
- Respeito é saber que os outros são valiosos, também.
- Respeito pelo EU é a semente que dá crescimento à confiança.
- Quando nós temos respeito por nós mesmos, é fácil ter respeito pelos outros,
- Aqueles que dão respeito receberão respeito.
- Reconhecer o valor de alguém e honrar o valor de outros é como alguém ganha respeito.
- Todos no mundo têm o direito de viver com respeito e dignidade, incluindo eu mesmo.
- Parte do respeito é saber que eu faço a diferença.

### Metas e objetivos

#### **Meta: pensar sobre e experimentar autorrespeito**

#### **Objetivos**

- Afirmar e estar apto a discutir dois pontos de reflexão sobre respeito por si mesmo.
- Identificar ocasiões em que existe um sentimento de respeito por si mesmo
- Identificar seis qualidades do EU.
- Gostar dos exercícios de relaxamento sobre respeito ao final da unidade, como demonstrado, sentando-se em silêncio durante o exercício, e aparentando feliz em fazer isto.
- Identificar exemplos positivos e negativos de conversas consigo mesmo e que sentimentos elas trazem.
- Aprender que está OK cometer um erro, é uma oportunidade para tentar aprender algo novo.
- Conversa consigo mesmo respeitosa e não respeitosa.
- Construir uma árvore de suas qualidades e sucessos relacionados.
- Pintar respeito ou ser parte de uma dança que demonstre respeito.

#### **Meta: aumentar o conhecimento sobre respeito**

#### **Objetivos**

- Afirmar e falar sobre dois pontos de reflexão sobre respeito pelos outros.
- Participar de uma discussão sobre sentimentos quando as pessoas respeitam e desrespeitam.

- Identificar como as pessoas respeitam e desrespeitam.
- Escrever algumas linhas de conselhos de como as pessoas deveriam tratar umas das outras.
- Aprender vários cumprimentos ou frases educadas em outras línguas.
- Identificar maneiras diferentes de respeitar os adultos.
- Escrever uma história ou quadrinho sobre respeitar o meio ambiente.

**Meta: construir habilidades para ter relacionamentos respeitosos**

**Objetivos**

- Identificar cinco ou mais qualidades que eles gostam nos outros.
- Escrever uma qualidade positiva para cada estudante que está participando da atividade nossas qualidades.
- Durante uma discussão de resolução de conflito, estar apto a gerar uma alternativa de comportamento respeitosa que poderia ajudar a resolver o problema.
- Aprender a resposta eu não gosto quando você me ofende. Eu quero que você pare e estar apto a dar esta resposta ou uma outra resposta apropriada se a situação exigir.
- Para estudantes de 10 anos ou mais velhos, estar apto a preencher os espaços em branco na habilidade de resolver problemas de comunicação: eu me sinto \_\_\_\_\_ quando você \_\_\_\_\_ porque \_\_\_\_\_.
- Respeitar os outros, ouvindo quando eles estão falando, como demonstrado no tópico ser capaz de ouvir os outros durante o período de discussão de valores.
- Respeitar os outros ouvindo e perguntando questões respeitosas quando há uma diferença de opinião.
- Entender como cada pessoa pode fazer uma diferença positiva, como demonstrado através de sua história, entrevista ou slogan.
- Desenvolver habilidades para resolução de problemas, como demonstrado através de discussões de várias soluções sensatas no cartão de situação.

**RESPEITO - LIÇÃO 1**

**Respeito, desrespeito e qualidades**

Comece com uma canção sobre respeito ou conhecimento sobre você mesmo que os estudantes gostam.

Explique que nas próximas semanas a escola/sala estará explorando o RESPEITO.

**Discuta/compartilhe**

- Quem pode me dizer algo sobre respeito?
- Por que respeito é importante?

**Atividade**

Peça a seis estudantes voluntariamente virem para a frente da sala e fiquem de pé em uma fila. Dê um lápis para o primeiro estudante e peça para ele ou ela passar para o próximo estudante que passa para o outro até o final da fila.

Então dê o lápis para o primeiro estudante novamente, e peça a todos os estudantes da fila para entregarem o lápis uns para os outros com respeito.

Então peça aos seis voluntários para entregarem o lápis uns para os outros com desrespeito.

Pergunte

- Existiu uma diferença na maneira em que o lápis foi entregue?
- Qual foi a diferença?  
Como você se sentiu quando o lápis foi entregue com respeito?
- Como você se sentiu quando o lápis foi entregue com desrespeito?
- Qual é a maneira que todos vocês preferem?
- Você acha que todos no mundo prefeririam respeito?

Discuta os dois pontos de reflexão seguintes:

- O primeiro respeito é respeitar a si mesmo – saber que eu sou naturalmente valioso.
- Respeito é reconhecer os outros como valiosos também.

Pergunte

- Quando você se sente bem com você mesmo?
- Quando você tem um sentimento de respeito por você mesmo?

Os estudantes algumas vezes mencionarão coisas específicas que eles fazem que são úteis para os outros como um momento em que eles se sentem bem a respeito deles mesmos. Confirme que quando nós fazemos boas coisas nós nos sentimos bem conosco mesmo. Eles frequentemente mencionarão um momento em que eles se sentem bonitos ou quando possuem algo novo. Se eles estiverem focando muito no momento em que eles se sentem bem porque eles se sentem bonitos ou possuem algo novo, induza-os a respostas sobre como eles se sentem quando são úteis, amigos, bondosos, dispostos, etc.

Aceite e reconheça todas as respostas.

Diga: Hoje, nós vamos pensar sobre qualidades pessoais, as coisas que são boas sobre nós. Nós todos temos muitas coisas que são as mesmas, mas uma das coisas mais maravilhosas sobre os seres humanos é que cada um tem uma personalidade própria. Cada pessoa vem com uma combinação única de qualidades. Vamos começar ouvindo boas qualidades que as pessoas podem ter.

O professor pode liderar os estudantes a pensarem em qualidades pessoais, como amizade, lealdade, doçura, bondade, cuidado e compaixão. Dependendo do vocabulário dos estudantes, você pode incluir criatividade, gentileza, espiritualidade, cooperativismo, confiança, humildade, honestidade, esforço, benevolência, generosidade, sensibilidade, doçura, amor, cuidado, paciência e tolerância. Mantenha a lista de qualidades que vocês criaram juntos no quadro.

Pergunte para toda a sala as seguintes perguntas, escrevendo as qualidades que eles mencionaram no quadro.

- Quais qualidades vocês gostam nos seus amigos?
- Quais qualidades vocês gostam que os adultos tenham?
- Pensem sobre alguém que vocês admiram. Quais qualidades vocês admiram nesta pessoa?
- Quem são seus heróis? Vocês podem pensar em pessoas reais ou personagens das histórias em quadrinhos ou filmes. Quais qualidades positivas que eles têm que você gosta?

---

## NOTA PARA O EDUCADOR

Se algum dos estudantes mencionar qualidades ou ações negativas como alguma coisa que eles admiram nas pessoas ou nos seus heróis, reconheça suas respostas respeitosamente ouvindo-as ativamente. Por exemplo: Então, você admira \_\_\_\_\_ quando ele \_\_\_\_\_. Então pergunte: Qual valor ou qualidade você vê nele/nela ao fazer isto? (Por exemplo: Ele não tem medo do que as pessoas pensam. Ou ela tem coragem de lutar pelo que é certo.)

### Refletir

Diga: Agora, eu gostaria que você pensasse sobre três vezes em que você se sentiu realmente bem com você mesmo. Qual qualidade ou valor você estava mostrando naquele momento? Escreva uma linha para você se lembrar destes momentos. (Dê a eles alguns minutos para fazer isto.)

Agora, eu quero que você pense na qualidade que você mostrou que teve em cada uma destas vezes. (Dê a eles alguns minutos a mais). Dê alguns exemplos se eles precisarem, como: Se você se lembra de um momento em que você ajudou alguém você deve colocar amor, cuidado ou compaixão. Se você se lembra de um momento em que você devolveu a alguém alguma coisa que ele ou ela perdeu, você deve colocar honestidade.

Eu quero que você acrescente à lista de qualidades que você está escrevendo, as qualidades que você gosta em seus amigos, nos adultos e nos seus heróis. (Dê a eles três ou quatro minutos para fazer isto.)

### Para crianças de 11 a 14 também pergunte:

Pense sobre alguém que fez uma diferença positiva na sua vida. (Pausa). Quais qualidades ele ou ela tem que fez uma diferença positiva para você? Por favor escreva esta qualidade.

Diga: Dizem que qualquer qualidade que você admira é realmente sua. Então, você acabou de escrever uma lista de suas qualidades. Agora eu quero que você escreva seis qualidades que são as mais importantes para você. Por favor dê a eles alguns minutos para fazer isto.

### Discuta os pontos de reflexão

- Parte do respeito próprio é saber minhas próprias qualidades.
- Respeito é saber que eu sou único e valioso.

### Atividades para 8 a 9 anos

Instrua os estudantes a desenharem uma figura representando os momentos em que eles se sentiram cheios de respeito. Peça a eles para acrescentar suas seis qualidades à figura, escrevendo: Eu sou \_\_\_\_\_.

### Atividades de 10 a 14 anos

Convide os estudantes a desenharem símbolos que representam algumas das qualidades ou valores que são importantes para eles. Peça a eles para escrever suas seis qualidades em seus desenhos, talvez ao redor dos símbolos ou faça-os parte da figura.

Lição de casa: Eu gostaria que vocês lessem em silêncio suas seis qualidades para vocês mesmos. Cada um de nós tem qualidades maravilhosas por dentro, e nós podemos silenciosamente torná-las mais presentes em nossas vidas quando nos lembramos delas.

## RESPEITO - LIÇÃO 2

### História

**Leia** alguma história que você gosta sobre respeito. Para estudantes mais velhos, selecione uma outra história de sua cultura ou currículo sobre o tema RESPEITO ou DESRESPEITO ou refira-se a um filme que todos já viram.

Mencione o próximo ponto de reflexão em relação à história

- Respeitar é saber que eu sou único e valioso.

Lily sabia que ela era única, mas a princípio ela não percebeu que ela era valiosa.

Discuta a história lida.

- Como os personagens foram desrespeitosos?
- Como poderiam os outros personagens da história serem respeitosos?
- Como as pessoas de sua idade algumas vezes são desrespeitosos? Que tipo de coisas eles fazem?
- Você acha que todos passam por momentos em que eles se sentem cheios de respeito e outros momentos em que eles se sentem magoados com eles mesmos? (Você deve dizer alguma coisa pessoal, como todos que eu conheço sentem-se assim às vezes.)
- Como você se sente quando as pessoas o desrespeitam?
- Como você se sente quando isto acontece com outras pessoas?
- Quais são algumas maneiras que as pessoas usam para serem respeitadas?
- Por que as pessoas às vezes não são respeitadas?

Mencione se eles ainda não tiverem mencionado: às vezes crianças que são desrespeitosas não sabem fazer melhor. Talvez alguém mais velho os tratou com desrespeito. É importante saber que as pessoas que foram desrespeitosas não têm respeito real por dentro.

Diga: Um dos pontos de reflexão é: Aqueles que dão respeito receberão respeito.

Pergunte:

- Você pode pensar em exemplos disto?
- Qual poderia ser o seu conselho para as pessoas que te desrespeitaram?
- Como você gostaria que as pessoas se tratassem?

*Atividade para crianças de oito a onze anos:* Divida os estudantes em grupos de três a cinco. Instrua os estudantes a escreverem algumas linhas de conselhos sobre como as pessoas deveriam se tratar. Permita que os estudantes compartilhem suas frases com a turma. Estudantes mais jovens podem gostar de ilustrar seus conselhos com um desenho.

*Atividade para crianças de 12 a 14 anos:* Discuta em grupos pequenos de quatro ou cinco como você gostaria que as pessoas se tratassem. Escreva seu conselho em um cartaz e apresente para a turma.

---

### **Introduza um outro exercício de relaxamento/ concentração**

Diga: exercícios de relaxamento/ concentração são uma forma de gostar e fortalecer o sentimento de respeito por dentro. A forma que nós usaremos hoje utiliza imagens de um jardim. Talvez mais tarde um de vocês poderiam construir um usando a imagem de um oceano ou outra imagem.

### **Exercício de relaxamento/ concentração utilizando a imagem de um jardim:**

Sente-se confortavelmente e deixe seu corpo relaxar... Enquanto você respira calmamente, deixe sua mente ficar quieta e calma... começando pelo seu pé, deixe-se relaxar... relaxe suas pernas... o estômago... os ombros... o pescoço... o rosto... o nariz... os olhos... e a testa... deixe sua mente ficar quieta... calma... respire fundo... concentre-se na imobilidade... na sua mente, desenhe uma flor... imagine o cheiro... aproveite a fragrância... observe seu formato e cor... curta a sua beleza... cada pessoa é como uma flor... cada um de nós é único... apesar de nós termos muitas coisas em comum... nós somos todos naturalmente bons por dentro... imagine um jardim ao seu redor com muitas variedades de flores... todas elas bonitas... cada flor com sua cor... cada flor com sua fragrância. . . dando o melhor de si mesmo... algumas são altas com pétalas pontiagudas, algumas com pétalas arredondadas, algumas são grandes e outras pequenas... algumas têm cores suaves e outras têm cores brilhantes... algumas atraem o olhar por causa de sua simplicidade... cada um de nós é como uma linda flor... curta a beleza de cada uma. . . cada uma acrescenta beleza ao jardim... todas são importantes... juntas elas formam o jardim... cada flor tem respeito por si mesma... quando alguém respeita a si mesmo, é então mais fácil respeitar o próximo... cada um é valioso e único... com respeito, as qualidades dos outros são vistas... perceba o que é bom em cada um... . Cada um tem um papel único... cada um é importante.

Deixe esta imagem desvanecer em sua mente, e volte sua atenção para esta sala novamente.

*Contribuição de Amadeo Dieste Castejon*

## **RESPEITO - LIÇÃO 3**

Mapeando a mente em uma cultura de respeito e em uma cultura de desrespeito

### **Atividade - Mapa mental**

Hoje vamos explorar as diferenças entre uma cultura de respeito e uma cultura de desrespeito através do mapeamento da mente.

Mapeamento da mente: comece desenhando um grande círculo em um quadro branco, colocando respeito do lado direito e desrespeito do lado esquerdo. Comece com um galho para o EU do lado do respeito do círculo, perguntando a eles o que acontece quando há respeito no EU e escrevendo um resumo de suas respostas. Então pergunte a eles o que acontece quando há falta de respeito no EU. Os estudantes irão dar todas as respostas. Faça também galhos para a família/amigos, escolas e lojas na vizinhança, e lojas/negócios.

### **Discuta os pontos de reflexão**

- Todos no mundo têm o direito de viver com respeito e dignidade, incluindo eu mesmo.
- Respeito por mim mesmo é a semente que dá crescimento para a confiança.

### **Atividade criativa**

Divida os estudantes em grupos de quatro a seis. Peça a cada grupo para criar uma música ou poema sobre respeito versus desrespeito. Pode ser um RAP. Permita que eles mostrem suas criações para o grupo.

## RESPEITO - LIÇÃO 4

Conversando comigo mesmo

### Discuta/compartilhe

Diga: Todos falam consigo mesmo por dentro. Nossas conversas conosco mesmo podem ser positivas e respeitadas ou negativas e desrespeitadas.

### Pergunte:

- Quais coisas positivas ou respeitáveis as pessoas dizem umas para as outras?
- Quais coisas positivas e respeitáveis você pode dizer para você mesmo?
- Seria respeitoso dizer a você mesmo que você fez um bom trabalho ou tentou o melhor, se você fez um bom trabalho ou tentou o seu melhor? (Sim)
- Quais coisas desrespeitadas as pessoas dizem umas para as outras?
- Apelidar as pessoas é desrespeitoso. Por quais nomes você não quer ser chamado?
- É desrespeitoso chamar você mesmo por um apelido? (Sim)
- Se você não fez algo bom, qual seria uma maneira desrespeitosa de falar com você mesmo sobre isto?
- Se você não fez algo bom, qual seria uma maneira respeitosa de falar com você mesmo sobre isto?
- O que você diz para você mesmo quando você está com medo de perder a bola durante um jogo ou de falhar em uma prova?
- Se você comete um erro, você se sente melhor se você chamar você mesmo de estúpido ou se você disser: Está ok cometer um erro, tudo o que eu tenho que fazer é corrigi-lo?

Diga: Não é necessário se sentir zangado ou triste ou como uma pessoa má quando você comete um erro - erros são simplesmente coisas através das quais nós aprendemos.

Vai ajudar se você ficar zangado com você mesmo?

O que acontece com seus sentimentos quando você diz: Eu nunca vou conseguir fazer isto ou eu nunca vou fazer isto?

Os sentimentos são diferentes quando você diz: Isto é um pouco assustador, mas eu farei o meu melhor?

Diga: Repita a regra do erro comigo, por favor: Está ok cometer um erro, tudo o que eu tenho que fazer é corrigi-lo.

Diga: Vocês todos estão sendo questionados a ler ou lembrar-se de suas qualidades positivas todos os dias. Nós sabemos que nós temos qualidades positivas, mas às vezes, quando nós ficamos machucados, assustados ou zangados, nós não as usamos. Isto não significa que nós não temos estas qualidades positivas, apenas significa que nós não estávamos cheios de força e respeito por nós mesmos.

Discuta o ponto de reflexão: Respeito é saber que eu sou amável e capaz.



### **Atividade**

Diga: vamos jogar o jogo da história em grupos. Cada pessoa pode dizer uma, duas ou três frases – não mais - e então a próxima pessoa continua a história. No primeiro grupo do jogo da história eu quero que vocês construam uma história sobre alguém que fala sobre si mesmo de maneira negativa e desrespeitosa

Como um facilitador, você pode começar: Um dia existia um pequeno \_\_\_\_\_. Permita que eles continuem se movimentando até que todos que queiram tenham contribuído para a história. (Você pode se divertir. A história pode ser ridícula e gerar muitas risadas)

Agora faça um jogo de história em grupo pedindo para que os jovens usem apenas palavras positivas e respeitadas para falarem de si mesmos.

### **Atividade expressiva**

*Oito a nove anos:* Pinte respeito de um lado de um pedaço de papel e desrespeito do outro lado, ou faça um desenho sobre as histórias que vocês criaram.

*Dez a quatorze anos:* escreva uma corrente de pensamento e sentimento de conversas positivas consigo mesmo e de conversas negativas consigo mesmo. Comece no meio do papel, a corrente positiva pode criar um espiral para cima e a negativa para baixo.

Termine com o exercício de relaxamento/concentração Estrela Respeitosa.

## LIÇÕES DE RESPEITO 5 A 9

Cores de respeito e desrespeito e móveis Eu

Comece cada dia com uma canção

## RESPEITO - LIÇÃO 5

Diga: nos próximos dias nós iremos fazer um experimento com respeito e desrespeito. Eu darei para a metade de vocês estas tiras de papel verde para colocarem ao redor de seus braços e para a outra metade estas tiras roxas para usarem ao redor de seus braços. Diga a eles que neste experimento um suposto governo declarou que o grupo verde é o grupo de elite. Elite quer dizer o melhor.

O governo percebe que os verdes têm uma atitude de desrespeito para com os roxos.

### **Atividade**

Por um período limitado de tempo (talvez meio período escolar ou meia manhã na escola primária), instrua o grupo verde a respeitar apenas os outros verdes, e serem desrespeitosos (em atitudes, não palavras) com os roxos.

*Por favor perceba: se você tiver crianças que são muito sensíveis na sua sala ou grupo, permita que os verdes sejam a elite pela metade do tempo que você tiver disponível naquele dia, e os roxos para serem a elite pelo restante do tempo.*

Ao final da sessão, faça-os se lembrarem que isto aconteceu com o propósito de explorarem o tópico de respeito e desrespeito. Informe a eles que amanhã o suposto governo será trocado e os roxos serão a elite!

Crie a oportunidade para os estudantes fazerem os Eu móveis para três sessões da aula de Vivendo Valores enquanto eles fazem o exercício cores de respeito e desrespeito

### **Eu móveis:**

Diga: parte do aprendizado para ter respeito por você mesmo é saber suas qualidades e conhecer você mesmo. Esta semana, durante a aula de Vivendo Valores, vocês estão convidados a construir um móvel sobre vocês mesmos. Ali estão barbante, papel, canetas coloridas, papel colorido, e algumas varetas. Você pode levar latas ou caixas de papelão e decorá-las com papel colorido. Cada objeto do móvel é para representar um aspecto sobre você:

- Seus passatempos favoritos.
- Suas qualidades
- Sua família
- O que você gosta sobre natureza
- Seu animal favorito
- Como você ajuda os outros
- Em que você acredita
- Sua comida favorita

Liste as categorias acima no quadro.

Pergunte: Alguém tem algum outro item para acrescentar?

Reveja a lista. Faça isto vagarosamente para estudantes mais jovens para que eles tenham tempo de pensar sobre suas respostas em cada área. Circule entre os estudantes enquanto eles trabalham no móvel, e confirme positivamente suas ações.

Uma maneira fácil de construir um móvel é amarrar duas varetas juntas em um X e então pendurar objetos nas pontas das varetas de diferentes comprimentos. Os estudantes podem usar três varetas se eles quiserem. Uma corda no centro--aonde as duas ou três varetas são amarradas -- e então pendura-se no teto. Um cabide pode ser usado ao invés de varetas.

Termine com o exercício de relaxamento/ concentração da Imagem do Jardim.

## **RESPEITO - LIÇÃO 6**

Troque os papéis dos estudantes no próximo período ou no próximo dia, se você ficar com os estudantes por apenas um período. (O governo agora troca as regras e os roxos são a elite). Em seguida conduza uma discussão sobre os sentimentos e percepções dos estudantes.

### **Discuta/compartilhe**

- Como você se sentiu quando era a elite?
- Como foi o sentimento de ser não-elite?
- Do que você não gostou?
- Você gostaria de um mundo em que todos tivessem respeito por todos?
- Como o mundo seria diferente?

- Termine com o exercício de relaxamento Estrela pacífica.

## RESPEITO - LIÇÃO 7

Na próxima sessão, distribua aleatoriamente alguns arco íris bem coloridos. Diga a eles que agora eles são todos príncipes e princesas de diferentes reinos. Príncipes e princesas que são conhecidos por sua bondade. Peça aos estudantes para serem respeitosos com todos através de seus olhares, atitudes e comportamentos. Talvez eles poderiam ajudar um outro estudante com a confecção do móbile se eles já tiverem terminado o deles.

### **Compartilhe**

Permita que cada pessoa compartilhe seu móbile em grupos pequenos de cinco ou seis. Pergunte para a classe o que aconteceu com o nível de respeito na sala quando eles foram todos instruídos a considerarem eles mesmos e todos os outros um príncipe ou princesa. Ao final da sessão, faça o exercício de relaxamento Estrela do Respeito.

### **Exercício de relaxamento Estrela do Respeito**

Vamos pensar nas estrelas e imaginarmos nós mesmos sendo exatamente como elas... Elas são tão bonitas no céu, elas reluzem e brilham... Elas são tão quietas e pacíficas... Fique bem imóvel... Respire em paz... Jogue para fora qualquer tensão... Relaxe seus dedos dos pés e pernas... Relaxe seu estômago e seus ombros... Relaxe seus braços e seu rosto... Sinta-se seguro e permita que uma luz suave de paz fique ao seu redor... Dentro de você é como uma linda estrela pequenina... Você é uma estrela de respeito... Você é amável e capaz... Você é quem você é... Cada pessoa traz qualidades especiais para o mundo... Você é valioso... Aproveite o sentimento de respeito dentro de você... Foque... Você está concentrado, cheio de respeito, contente... Agora, vagorosamente, traga sua atenção de volta a esta sala.

## RESPEITO - LIÇÃO 8

Os estudantes continuam a usar pulseiras de várias cores. Entretanto, diga a eles que azul significa que eles são pessoas trabalhando por rios e oceanos mais saudáveis, verde significa que eles são médicos trabalhando para prevenir doenças, laranja significa que eles são pacificadores trabalhando para criar um mundo de paz, e roxo significa que eles são músicos criando canções sobre respeito e dignidade para todos etc.

### **Atividade**

Peça aos estudantes para se dividirem em grupos baseados nas cores de suas pulseiras. Dê a eles dez minutos para prepararem uma apresentação curta de dois ou três minutos para toda a sala sobre como seus grupos contribuem para a paz e respeito na sua comunidade baseado na profissão indicada por suas pulseiras. O restante da sala pode fazer perguntas depois da apresentação. Faça-os se lembrarem que eles devem permanecer respeitando a eles mesmos e os outros.

### **Discuta/compartilhe**

**Pergunte:**

- Como vocês todos foram respeitosos? (Ouvindo cuidadosamente o que os outros disseram, etc.)
- Vocês estavam todos prontos para respeitarem uns aos outros?

Diga: Nas salas de aula, escolas, vizinhanças e comunidades ao redor do mundo, frequentemente algumas pessoas são respeitadas e outras não. Isto é chamado discriminação. Às vezes as pessoas julgam outras pessoas como melhores ou piores do que elas, baseadas na cor da pele, no tipo de roupa que elas vestem, ou se elas são brilhantes ou gordas. Pergunte: Sobre o que mais as pessoas discriminam?

Reconheça suas respostas e escreva uma lista no quadro. Então pergunte:

- O que nós estamos aprendendo na aula? O que você aprendeu nestas últimas lições?
- Qual é o sentimento quando você é desrespeitado?
- Qual é o sentimento quando todos respeitam todos?
- O que este grupo e toda a humanidade têm em comum? (Todos são seres humanos, cada um tem alguma coisa para oferecer etc.).

Diga: Às vezes as pessoas não respeitam a si mesmas. Alguma vez você se discriminou julgando você mesmo e falando maldades para você mesmo ao invés de falar respeitosamente com você mesmo?

Pergunte:

- Chamar você mesmo por um apelido ou palavrão é respeitoso para você mesmo ou desrespeitoso?
- Alguém alguma vez já chamou você de estúpido?

Diga: Eu quero que você continue com suas lições de casa de ler suas oito qualidades todos os dias. Mas, também quero que você perceba seu tom de voz enquanto você fala consigo mesmo por dentro durante o dia. Cheque e veja se seu tom de voz é bom e respeitável. É importante encorajarmos nós mesmos a sermos bons para nós mesmos.

### **Expressão escrita**

Peça aos estudantes para escrever uma pequena redação sobre sua experiência. Como ele se sentiu quando recebeu desrespeito, como ele se sentiu quando recebeu respeito, como ele se sentiu quando todos eram príncipes e princesas? Ou o que eles gostariam de dizer ao mundo sobre respeito?

Termine com uma canção.

## **RESPEITO - LIÇÃO 9**

### **Atividade de expressão criativa**

Divida os estudantes em grupos de cinco a oito. Convide-os a escrever um poema, uma canção ou criar uma pequena peça teatral ou drama para expressar seus sentimentos e reações sobre qualquer parte do Experimento – As cores do respeito. Dê a eles a oportunidade de compartilhar suas criações artísticas na aula.

Termine com o exercício de relaxamento – Estrela do Respeito.

## RESPEITO - LIÇÃO 10

### Histórias

Leia histórias sobre pessoas que aprenderam a ter respeito por elas mesmas ou que mantêm o respeito por elas mesmas. Peça aos alunos mais velhos para trazerem seus livros favoritos ou histórias, incluindo histórias reais dos jornais, WEB ou mídia social. Ou, investigue histórias reais dos heróis de sua cultura.

### Discuta/compartilhe

Quais qualidades ou valores levaram o herói da história a agir com respeito próprio?

Termine com o exercício de Relaxamento Físico.

## RESPEITO - LIÇÃO 11

### Cumprimentos do mundo

Comece com o exercício de relaxamento Estrela Pacífica.

Introdução: uma maneira de mostrar respeito pelos outros é aprender sobre sua cultura e aprender a dizer coisas em sua linguagem. Aprenda sobre maneiras diferentes ao redor do mundo de cumprimentar os outros com respeito.

### Atividade

Dependendo da idade do grupo e habilidades de linguagem da sala, aprenda vários cumprimentos e frases educadas em duas ou quatro línguas. Talvez os estudantes na sala tenham uma variedade de linguagens para compartilhar e pode compartilhar gestos e danças. Aproveite esta prática. (Contribuição de Dominique Ache)

## RESPEITO - LIÇÃO 12

### Diferença de opinião

Pratique os cumprimentos e frases nas linguagens diferentes da última lição.

Leia uma história sobre uma pessoa que ficou ofendida por causa de uma diferença de opinião.

### Discuta/compartilhe

- Por que a pessoa ficou nervosa?
- O que a outra pessoa disse que piorou a situação?
- Você já se sentiu insultado?
- O que ambas as pessoas descobriram? (Cada uma viu de sua própria perspectiva, então, o que cada uma viu estava correto de seu ponto de vista).
- O que podemos aprender desta história?

- Como as pessoas poderiam ter respondido de forma diferente para que evitassem discutir? (Contribuição de Sabine Levy e Pilar Quera Colomina)

### **Atividade**

Peça a todos para fecharem os olhos e pensarem em suas cores favoritas. Então peça a eles para manterem seus olhos fechados enquanto você lê vagorosamente o seguinte dando tempo para os estudantes seguirem as direções. Diga:

Levante-se e mantenha ambos os braços ao lado do corpo se sua cor favorita é azul.

Fique na sua cadeira e coloque as duas mãos no topo de sua cabeça se sua cor favorita é roxo.

Fique na sua cadeira e levante os dois braços de sua cor favorita é amarelo.

Levante-se e levante sua mão direita se sua cor favorita é vermelho.

Levante-se e balance para frente e para trás se sua cor favorita é verde.

Levante-se e mantenha-se girando se sua cor favorita não foi mencionada.

Todos, por favor abram os olhos e olhem ao seu redor.

Pergunte com um sorriso: Todos vocês têm a mesma cor favorita?

Diga: Eu pedi a vocês para fazerem isto porque algumas pessoas pensam que todos deveriam ter a mesma opinião ou eles não poderiam ser amigos ou ter uma conversa amigável. Está OK para você ter uma opinião ou preferência diferente. Nós somos todos diferentes e nós temos o direito de termos uma opinião diferente. Às vezes as pessoas querem que as outras tenham a mesma preferência que elas têm para que elas se sintam mais ok por dentro.

### **Pergunte:**

- Sobre quais outras coisas as pessoas sentem de forma diferente?
- Sobre quais outras coisas elas poderiam ter diferentes preferências?

Escreva suas respostas no quadro. Os estudantes poderiam mencionar, dependendo de suas idades, coisas como: tipos de comida, jogos, videogames, programas de televisão, esportes favoritos, times esportivos, música, roupas, hobbies, estilos de cabelo, heróis, partidos políticos, preferência de gênero ou religião.

### **Pergunte:**

Usando o valor do respeito, o que você pode fazer quando alguém está expressando uma opinião diferente da sua? (Uma resposta poderia ser ouvir, uma outra poderia ser dizer legal. Oh, isto é interessante, diga-me mais, ou Por que você sente desta forma? Ajude-os a gerarem comentários respeitosos e perguntas e permita que eles respondam de acordo com suas idades).

Diga: Vamos praticar ouvir com respeito. Lembre-se de ficar ok com sua própria preferência quando alguém tiver uma preferência diferente. Todos nós podemos ter diferentes coisas que gostamos e não gostamos e ainda assim termos respeito uns pelos outros.

Divida os estudantes em grupos de quatro. Dois estudantes serão os locutores e dois estudantes serão os observadores que podem servir como alter egos, isto é, apoiar o locutor para ouvir e falar com respeito. Peça aos interlocutores para escolher um dos tópicos escritos no quadro, analisando outros aspectos, e diga ao outro interlocutor sobre por que aquele é seu favorito.

Peça aos observadores para dizer aos interlocutores como eles se saíram em termos de falar um com o outro com respeito. Então instrua-os a repetir a atividade, trocando papéis de maneira que os observadores tenham a chance de serem os interlocutores.

### **Discuta/compartilhe**

- Foi difícil ou fácil ouvir com respeito?
- Todos foram capazes de permanecer o por dentro quando o outro tinha uma opinião diferente?
- Se você não conseguiu ficar ok por dentro, o que aconteceu?

Diga: Muito frequentemente, as pessoas se tornam melhores amigas de pessoas que compartilham as mesmas coisas favoritas. Mas todos podem ser amigáveis com todos quando existe respeito.

Termine com o exercício de relaxamento da Imagem do Jardim.

## **RESPEITO - LIÇÃO 13**

### **Estratégias para encerrar o conflito**

Comece com uma canção.

Mostre a lista de coisas que causam brigas entre os estudantes que o professor e a sala preparou durante a lição de Paz 15.

Introdução: diga: Muito frequentemente os conflitos ocorrem quando alguém mostra desrespeito por outra pessoa. Hoje nós vamos dar uma olhada na lista que nós fizemos de coisas que as pessoas fazem que causam conflitos/brigas quando nós estávamos explorando Paz. Algumas vezes quando as pessoas fazem as coisas que estão nesta lista, nós ficamos chateados ou nervosos. Nós nos sentimos mal quando as pessoas nos tratam sem respeito. Mas, sempre se lembrem que vocês definem quem vocês são. Vocês conhecem suas qualidades. Se alguém chama você de estúpido, isto significa que você é estúpido? Não. Cada um de vocês é valioso e é um ser humano que vale a pena. Ok, vamos verificar esta lista à luz do respeito.

### **Discuta/compartilhe**

Pegue um item da lista e pergunte:

- Isto aconteceria se a pessoa estivesse mostrando respeito?
- O que você gostaria ou aconselharia esta pessoa a fazer ao invés disto? Qual seria uma maneira melhor de lidar com isto?
- O problema teria ocorrido então?
- Se a pessoa tivesse permanecido em seu respeito próprio, como ele ou ela poderia lidar com isto de forma diferente, para que o problema não ocorresse?

Ajude a turma a resolver o problema. Veja quais alternativas eles sugerem. Faça eles saberem quando eles derem uma boa ideia.

Se alguém der uma ideia que é prejudicial para alguém, pergunte quais consequências teria aquela ação. Permita que os estudantes deem as respostas. Se alguém sentir que está ok ofender outros, pergunte como ele se sentiria se isto fosse feito para ele.

Peça a eles para pensarem em diversas maneiras de lidar com a situação. Ajude-os a criar estratégias sensíveis. Por exemplo:

Para idades entre 8 a 9 anos: Quando alguém faz alguma coisa que você não gosta (como chamar você por um apelido), uma coisa que você pode dizer a ele/ela é eu não gosto quando você me chama por apelidos. Eu gostaria que você parasse. Peça para a turma repetir isto várias vezes com você, e então peça a eles para praticarem em pares e dizerem isto em respeito a eles mesmos – firmemente, claramente, mas não agressivamente.

Para idades entre 9 a 14 anos: peça aos estudantes para pensarem em coisas claras e assertivas que eles podem dizer além de ‘ eu não gosto quando você me chama por apelidos. Eu gostaria que você parasse. ’ Talvez: ‘Ei, não é legal fazer isto’, ‘eu não quero brigar’, ou – para um amigo – você está bravo hoje? o que está acontecendo?

Deixe-os em pares praticando e dizendo isto em respeito próprio.

Ensine a seguinte fórmula: é uma boa ideia para usar quando alguém que você conhece faz alguma coisa que você não gosta, como fofocar, chamar por apelido ou palavrão, etc. Eu me sinto \_\_\_\_\_ quando você faz \_\_\_\_\_, porque \_\_\_\_\_.

Dê alguns exemplos como:

- Eu me sinto mal quando você fala comigo sobre Marsha desta forma porque ela é minha amiga. Eu gosto de você e eu gosto de Marsha, também. Eu acho que está ok gostar das duas.
- Eu me sinto pressionada quando você fica pedindo para que eu fume porque eu já disse a você que eu não quero fazer isto. Eu sei o que eu quero fazer, e eu quero que você respeite isto.

Peça aos estudantes para criarem ‘eu sinto’ estratégias por cada situação que eles estiverem vivenciando.

Nota: a habilidade da comunicação ‘eu sinto’ pode ser um pouco difícil para oito e nove anos. Se for necessário, comece ajudando-os a identificar seus sentimentos, como felicidade, raiva, tristeza ou mágoa.

Pegue mais alguns itens da lista feita durante a lição de paz 15 e pergunte as mesmas quatro questões acima, ajudando os estudantes a desenvolverem estratégias.

Discuta os seguintes pontos de reflexão:

Quando nós temos respeito por nós mesmos, é fácil ter respeito por outros.

Sequência de atividades

Peça aos estudantes para usarem a fórmula eu me sinto \_\_\_\_\_ quando você \_\_\_\_\_, porque \_\_\_\_\_ e preencherem os espaços para duas situações.



Termine com uma dança ou movimento ao redor do seu espaço ou da sala com uma música ou duas e então faça o exercício de relaxamento – imagem do jardim.

## RESPEITO - LIÇÃO 14

Uma árvore

### Atividade

Cada estudante pode fazer uma árvore, escrevendo suas qualidades pessoais e talentos na raiz, as coisas positivas que ele ou ela faz nos galhos, e os sucessos destas coisas nas folhas e frutos. As árvores podem ser desenhadas em papel ou feitas de outros materiais disponíveis. Cada estudante pode compartilhar seu desenho em um grupo de quatro, enquanto os outros estudantes ouvem com respeito ou talvez acrescentem coisas que o criador não incluiu.

(Contribuição de Sabine Levy e Pilar Quera Colombina)

## RESPEITO - LIÇÃO 15

Maneiras diferentes de respeitar

Discuta estes pontos de reflexão e faça as seguintes perguntas:

- Respeitar é saber que os outros são valiosos, também.
- Saber que alguém é valioso e honrar o valor dos outros é como alguém ganha respeito.
- Quais são as diferentes maneiras de respeitarmos os adultos?
- Quais são as diferentes maneiras de respeitarmos a natureza?
- Quais as diferentes maneiras de respeitarmos os objetos?
- Quais as diferentes maneiras de respeitarmos os espaços em comum?
- O que nós podemos fazer para termos certeza de que o respeito seja dado?

Peça aos estudantes para dividirem-se em grupos para analisarem um ou dois dos tópicos e darem sugestões. Eles podem confeccionar pôsteres explicativos.

(Contribuição de Sabine Levy e Pilar Quera Colomina)

Termine com o exercício de relaxamento Estrela do Respeito.

Nota: o professor pode dar aos estudantes um outro dia para compartilhar suas respostas com a sala e terminar seus pôsteres.

## RESPEITO - LIÇÃO 16

Respeito pelos amigos

Discuta o ponto de reflexão:

- Todos no mundo têm o direito de viver com respeito e dignidade, incluindo eu mesmo.

### Atividade

Crie uma história em quadrinhos ou uma história sobre respeito pelos amigos, ou escreva uma redação. (Contribuição de Márcia Maria Lins de Medeiros)

## RESPEITO - LIÇÃO 17

### Cartões de situações

Os cartões de situações proporcionam aos estudantes a oportunidade de discutir várias alternativas para lidar com situações da vida real. O professor pode disponibilizar alguns exemplos de situações da 'vida real' aplicáveis à idade do grupo e convidar os estudantes a usarem sua imaginação para criar suas próprias situações no estoque de cartões.

Muitas turmas realmente gostam desta atividade, já que ela proporciona um fórum para os estudantes discutirem suas preocupações reais e aplicarem as habilidades práticas que eles vêm aprendendo durante as atividades de valores. O professor age como um facilitador. Evite moralizar e dizer a eles o que eles deveriam fazer (às vezes é difícil). Ao invés disto, ouça e encoraje-os a responder. Pergunte a eles as consequências, positivas e negativas, quando suas respostas são apropriadas e inapropriadas. Eles terminarão ensinando a eles mesmos e uns aos outros.

Se suas respostas continuarem a ser inapropriadas, pergunte a eles como eles se sentiriam se eles fossem a outra pessoa. Peça a eles para encenarem a situação e depois troque os papéis. Pergunte para a turma se uma situação justa foi gerada.

Comece com uma canção.

### Atividade

Leia o Cartão de Situação para a turma e encoraje-os a gerarem respostas. Pergunte:

- Como você poderia usar o valor de paz?
- O que você poderia fazer?
- O que você acha que iria acontecer então?
- O que mais você poderia dizer ou fazer?
- Como você poderia usar o valor de respeito?
- O que você poderia fazer? (etc.)

Leia mais um ou dois cartões de situação e aproveite a discussão em sala. Na próxima vez que você fizer Cartões de Situação, você pode permitir que os estudantes formem pequenos grupos. Cartões de situação idênticos poderiam ser entregues para cada grupo. Os estudantes podem ler os cartões um por vez e dar respostas orais para as situações. Se um grupo acha uma situação difícil, a turma poderia compartilhar ou encenar suas soluções e discuti-las como um grupo. (Contribuição de Trish Summerfield)

Termine com um exercício de relaxamento físico

## RESPEITO - LIÇÃO 18

### Respeito pelo meio ambiente

#### **Atividade**

Crie uma história em quadrinhos ou uma história sobre respeito pelo meio ambiente. Compartilhe suas criações.

Talvez um dos estudantes goste de criar seu próprio exercício de relaxamento usando imagens da natureza.

(Contribuição de Márcia Maria Lins de Medeiros)

Gratos por sua exploração dos Valores. Você também pode desfrutar das outras Unidades

### **Materiais de Recursos do VIVE**

Projetados para todas as crianças e pessoas, as Atividades Vivendo Valores envolvem os jovens para explorar, experimentar e expressar valores para que possam encontrar aqueles que ressoam em seus corações e construir as habilidades sociais e emocionais que os capacitem a viver esses valores.

A abordagem é centrada na criança, flexível e interativa, e os adultos são convidados a agir como facilitadores. A abordagem é não prescritiva e permite que materiais e estratégias sejam introduzidos de acordo com as circunstâncias e interesses dos usuários e as necessidades dos alunos. Os 12 valores universais explorados são paz, respeito, amor, cooperação, felicidade, honestidade, humildade, responsabilidade, simplicidade, tolerância, liberdade e unidade.

### **A Série Vivendo Valores na Educação**

A série Vivendo Valores na Educação, um conjunto de cinco livros publicados pela primeira vez em abril de 2001 pela Health Communications, Inc., recebeu o prêmio Teacher's Choice de 2002, um prêmio patrocinado pela revista Learning, uma publicação nacional para professores e educadores nos EUA. Materiais dos livros e, em alguns casos, os cinco livros foram publicados em pelo menos uma dúzia de línguas.

### **Atividades com Valores para Crianças de 3 a 7 anos, 8 a 14 anos e Jovens Adultos**

O VIVE utiliza uma ampla gama de modalidades e atividades com a esperança de que cada jovem seja inspirado a amar valores e experimentar sua força e beleza. Os pontos de reflexão ensinam a importância de valorizar todas as pessoas. As discussões ajudam os alunos a crescer em empatia. A dramatização constrói habilidades de resolução de conflitos. A infinidade de atividades

cognitivas, artísticas e experienciais aumenta as habilidades sociais e emocionais intrapessoais e interpessoais positivas. Atividades reflexivas, imaginativas e artísticas incentivam os alunos a explorar suas próprias ideias, criatividade e dons internos. Os valores e antivalores do mapeamento mental constroem a compreensão cognitiva do efeito prático dos valores e estimulam uma perspectiva baseada em valores para analisar eventos e criar soluções. Outras atividades estimulam a consciência da responsabilidade pessoal e social e, para os alunos mais velhos, a consciência da justiça social.

O desenvolvimento da autoestima, respeito e aceitação dos outros continua durante os exercícios. Os educadores são encorajados a utilizar seu próprio patrimônio rico enquanto integram valores nas atividades cotidianas e no currículo.

### **Guia do Facilitador para Grupos de Pais**

Este livro oferece ferramentas e conteúdo para facilitadores interessados em conduzir os Grupos de Pais Vivendo Valores com os pais e cuidadores. Com esse material, eles podem ter mais compreensão e habilidades importantes para incentivar e desenvolver valores nas crianças. A primeira seção descreve o conteúdo de uma sessão introdutória e um processo de seis etapas para a exploração de cada valor. A segunda seção oferece sugestões sobre atividades de valores que os pais podem fazer no grupo e ideias para os pais explorarem em casa. Na terceira seção, as preocupações comuns dos pais e as habilidades dos pais para lidar com essas preocupações são abordadas.

### **Guia de Capacitação do Educador VIVE**

Este guia contém o conteúdo das sessões nos workshops regulares do educador VIVE. Isso inclui atividades introdutórias, uma visão geral do VIVE, valores, reflexões de conscientização de valores, a Abordagem do VIVE e habilidades para criar uma atmosfera baseada em valores. O modelo teórico do VIVE, o esquema do desenvolvimento de valores e amostras de agendas de treinamento estão incluídos.

O conjunto inicial de cinco livros conhecidos como série Vivendo Valores na Educação é:

- Atividades com Valores para Crianças de 3 a 7 anos
- Atividades com Valores para Crianças de 8 a 14 anos
- Atividades com Valores para Jovens Adultos
- Guia do Facilitador para Grupos de Pais
- Guia de Capacitação do Educador VIVE

# Declaração de Visão

O Vivendo Valores na Educação é uma maneira de educar que promove o desenvolvimento de comunidades e locais de aprendizado baseado em valores que procuram o significado e propósito no âmago da educação. O VIVE enfatiza o valor e a integridade de cada pessoa envolvida com a educação, seja no lar, na escola ou na comunidade.

Ao promover uma educação de qualidade, o VIVE apoia o desenvolvimento geral do indivíduo e uma cultura de valores positivos em cada sociedade e em todo o mundo, acreditando que a educação é uma atividade com propósito, com o objetivo de ajudar a humanidade a florescer.

Os materiais e atividades neste livreto de Valores Arco-Íris foram adaptados de:  
Atividades com Valores para Crianças de 8 a 14 anos de Diane Tillman (Copyright © Association for Living Values Education International ALIVE)

Mais informações sobre a Biblioteca Arco-Íris do Vivendo Valores estão disponíveis em [www.livingvalues.net](http://www.livingvalues.net) (site internacional) e [www.vivendovalores.org.br/biblioteca-arco-iris](http://www.vivendovalores.org.br/biblioteca-arco-iris) (VIVE no Brasil)