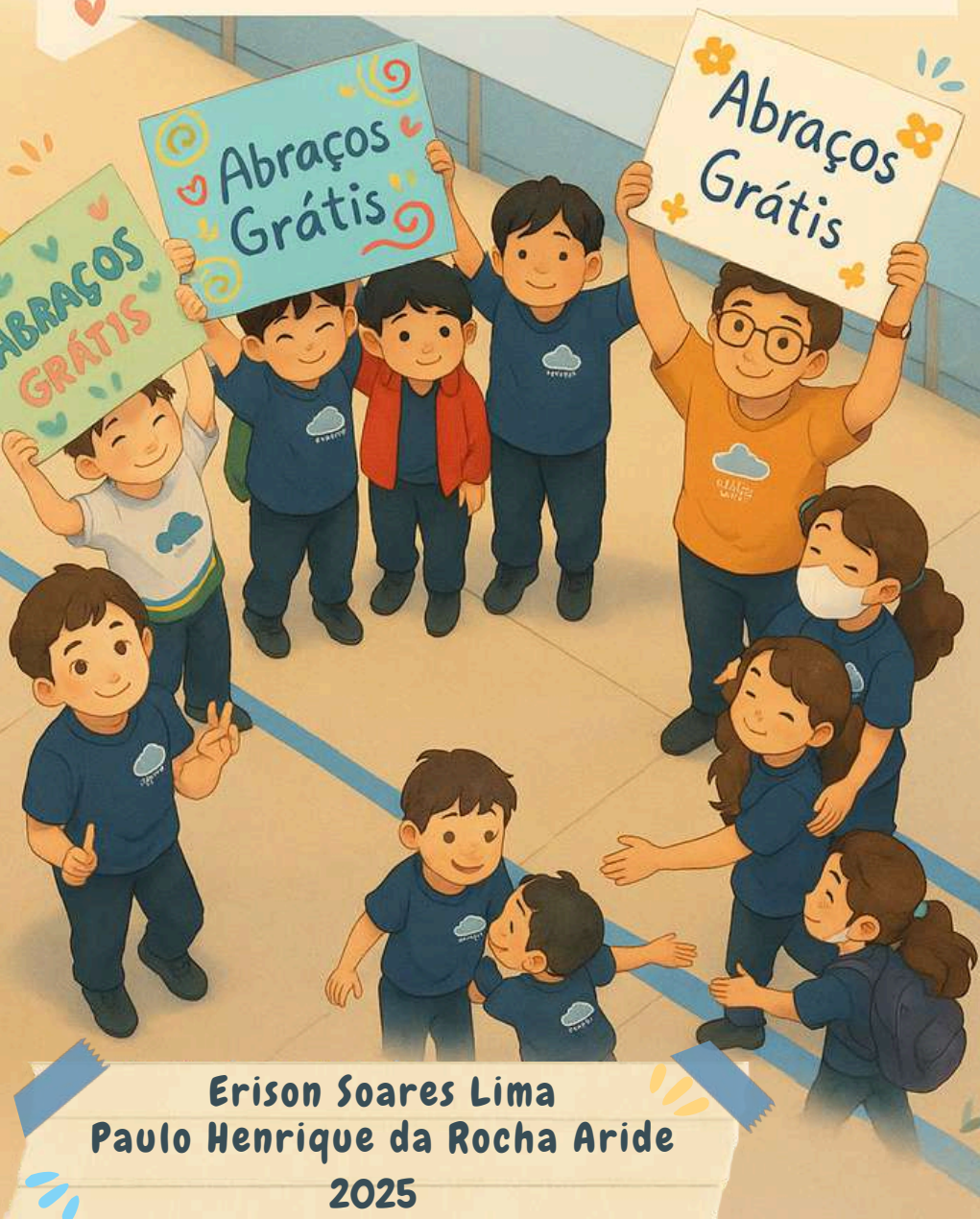


Guia de implementação do Clube do Silêncio

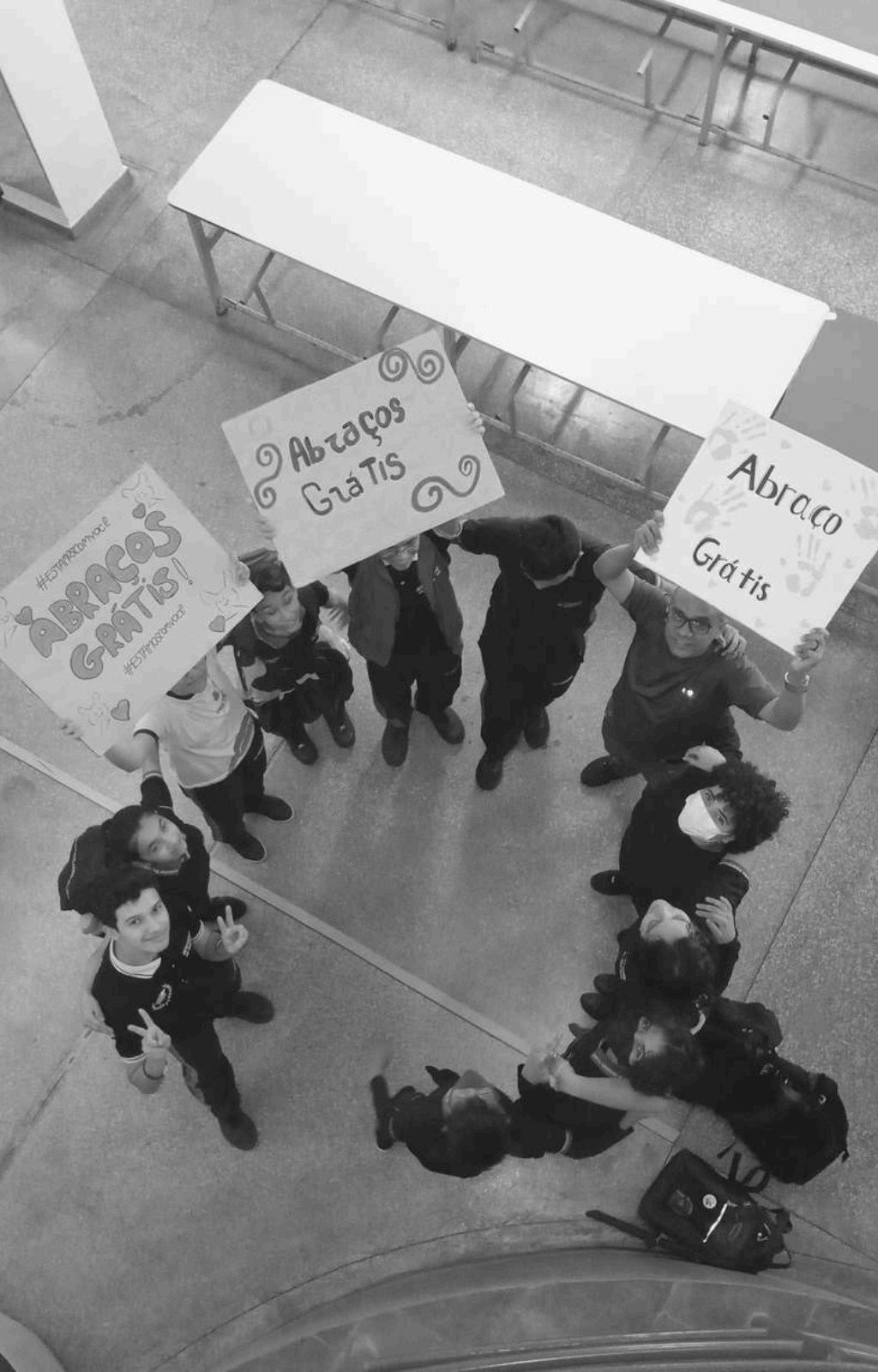


Erison Soares Lima
Paulo Henrique da Rocha Aride
2025

#ESTAMOSVIVOS
**ABRAÇOS
GRÁTIS!**
#ESTAMOSVIVOS

Abraços
Grátis

Abraço
Grátis





Produto
Educatonal

FICHA CATALOGRÁFICA

Instituto Federal do Amazonas (IFAM)

Jaime Cavalcante Alves
Reitor

Guia de Implementação do Clube do Silêncio

AUTORES:

Erison Soares Lima
erisonsoares@gmail.com

Paulo Henrique da Rocha Aride
aride@ifam.edu.br.

PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO

Erison Soares Lima

REVISÃO:

Erison Soares Lima

Biblioteca do IFAM – Campus Manaus Centro

L732g Lima, Erison Soares.
Guia de implementação do clube do silêncio / Erison Soares Lima Paulo
Henrique da Rocha Aride. – Manaus, 2025.
51 p. : il. color.

Produto educacional oriundo da dissertação: Clube do silêncio: promovendo a cultura de paz para a formação humana integral na educação profissional e tecnológica (Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Amazonas, Campus Manaus Centro, 2025.
ISBN 978-65-83758-23-1

1. Educação profissional e tecnológica. 2. Violência escolar. 3. Saúde mental. 4. Formação humana integral. I. Aride, Paulo Henrique da Rocha. (Orient.) II. Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Amazonas. III. Título.

CDD 370.7

Elaborada por Márcia Auzier CRB 11.597



Descrição Técnica do Produto

Origem do Produto: Desenvolvido como parte da dissertação do ProfEPT/IFAM, com base em práticas pedagógicas implementadas no CETI Sérgio Alfredo Pessoa Figueiredo, refletindo demandas socioemocionais de estudantes em contextos vulneráveis.

Área de Conhecimento: Ensino

Público-alvo: Educadores da EPT (professores, mediadores, coordenadores pedagógicos), psicólogos escolares e gestores educacionais, especialmente em escolas públicas de contextos rurais e urbanos do Amazonas, com adaptabilidade a outros estados brasileiros.

Categoria do Produto: Guia

Finalidade do Produto: Capacitar educadores a implementarem o Clube do Silêncio como uma estratégia pedagógica replicável, promovendo a redução de ansiedade, o fortalecimento de vínculos e a melhoria do clima escolar, alinhada aos princípios da Formação Humana Integral e da Cultura da Paz na EPT.

Organização do Produto: Organizado em seções

Registro do Produto: Biblioteca Paulo Sarmiento, IFAM, Campus Manaus Centro

Avaliação do Produto: 05 professores da Secretaria de Estado de Educação e Desporto Escolar – SEDUC, 3 (três) professores que compuseram a Banca de Defesa da Dissertação.

Disponibilidade: Livre para replicação por educadores e instituições, com citação da autoria.

Instituições Envolvidas: Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Amazonas (IFAM) e Centro Educacional de Tempo Integral (CETI) Sérgio Alfredo Pessoa Figueiredo.

Apoio Financeiro: Financiado pelos autores.

Divulgação: Meio digital

URL do Produto: Em processo de finalização

Idioma: Português.

Cidade: Manaus.

País: Brasil.

Ano: 2025



“Na nossa vida, assim como na sociedade, se o dinheiro se coloca no centro de tudo, entramos na lógica do sacrifício. Mas, quando se coloca a dignidade das pessoas no centro, cria-se a lógica da Misericórdia e do Cuidado. Então, o que tem verdadeiro valor é reconduzido ao seu lugar de direito.”

(Papa Francisco)



Discentes em círculo, em uma das rodas de conversas do Clube.

Fonte: Instagram do Clube do Silêncio



Apresentação

Olá, educador(a)! **Você já sentiu o peso de ver seus alunos enfrentando ansiedade, bullying ou isolamento?** No Clube do Silêncio, você tem nas mãos uma ferramenta poderosa para ajudar a melhorar o ambiente escolar, promovendo a Cultura de Paz e a Formação Humana Integral (FHI) na Educação Profissional e Tecnológica (EPT). Criado no Centro Educacional de Tempo Integral (CETI) Eng. Prof. Sérgio Alfredo Pessoa Figueiredo, em Manaus, Amazonas, o clube surgiu da escuta sensível de estudantes e professores.

Por que o Clube do Silêncio é para você?

Você deve saber que contextos desafiadores exigem práticas inovadoras. O Clube do Silêncio é uma iniciativa simples, mas transformadora, que usa atividades acessíveis para reduzir a ansiedade, fortalecer vínculos e resgatar o senso de pertencimento dos estudantes. Essas práticas promovem empatia, respeito e diálogo, alinhando-se à ética do cuidado e à FHI.





O impacto que você pode gerar

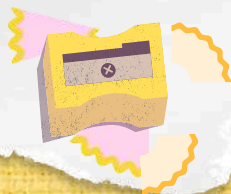
Implementar o Clube do Silêncio na sua escola significa criar um refúgio onde os alunos podem compartilhar suas vivências sem medo de julgamento. Evidências do CETI mostram resultados inspiradores: maior engajamento, melhoria no clima escolar e redução de conflitos. Você estará promovendo o bem-estar emocional, além de um ambiente onde a violência perde espaço para a convivência respeitosa.

Como você pode começar?

O Guia de Implementação do Clube do Silêncio foi pensado para você! Com linguagem clara e estratégias práticas, ele oferece o que você precisa para replicar o projeto, mesmo com recursos mínimos. Você aprenderá a conduzir rodas de conversa, meditações e dinâmicas que incentivam a escuta ativa e o cuidado mútuo. O guia é flexível, adaptando-se a diferentes realidades educacionais.

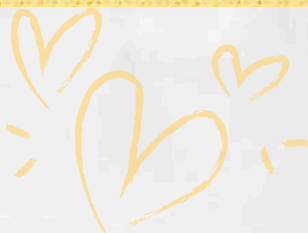
Seu papel na Cultura de Paz

Ao adotar o Clube do Silêncio, você se torna um agente da Cultura de Paz, inspirando seus alunos a construir relações mais humanas e inclusivas. Este é um convite para transformar a educação em sua escola, promovendo práticas sustentáveis que valorizam o estudante como protagonista de sua jornada. **Vamos juntos fazer do silêncio um espaço de conexão e cuidado?**

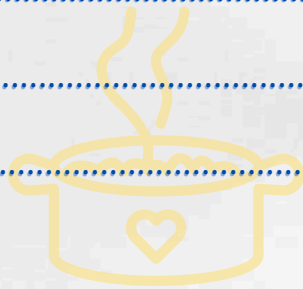




Sumário



1. Apresentação	04
2. Introdução.....	09
3. Resultados Esperados.....	10
4. Conceito, Origem e Reuniões.....	12
5. Fundamentação Teórica.....	16
6. Metodologias.....	19
7. Atividades Culturais.....	26
8. Adaptações Contextuais.....	33
9. Referências.....	34
10. Glossário.....	36
11. Apendices.....	38
12. Anexos.....	50





Introdução



O Clube do Silêncio é uma iniciativa pedagógica que promove a Formação Humana Integral (FHI) na Educação Profissional e Tecnológica (EPT), criando espaços de escuta, cuidado e reflexão. Por meio de dinâmicas como Meditação Guiada, Roda de Conversa e Abraço Grátis, o Clube busca fortalecer o bem-estar emocional e o senso de pertencimento de discentes e educadores no CETI Sérgio Pessoa.

O Clube do Silêncio integra práticas acolhedoras à rotina escolar, valorizando a cultura amazônica e a diversidade do contexto local. Inspirado em autores como Freire (2020) e Gilligan (1982), o Guia contribui para o ensino-aprendizagem na EPT, alinhando-se às demandas da Linha de Pesquisa 1 do ProfEPT e oferecendo um modelo replicável para outras instituições educacionais.

Este Guia orienta educadores na implementação do Clube, com dinâmicas projetadas para reduzir ansiedade e promover a Cultura da Paz. Espera-se que o Clube fomente maior engajamento discente, fortaleça redes de apoio e inspire práticas inclusivas, com validação planejada para confirmar sua clareza e viabilidade junto a mediadores e discentes.



Resultados Esperados

O Clube do Silêncio visa gerar impactos transformadores na vida dos estudantes e no clima escolar, especialmente em contextos de vulnerabilidade como o bairro Cidade de Deus. Baseado nas práticas implementadas desde 2018, espera-se que as atividades promovam uma redução significativa da ansiedade, também o senso de pertencimento. Além disso, o projeto almeja consolidar a Cultura da Paz, reduzindo conflitos e violência escolar, alinhando-se aos princípios da Formação Humana Integral (FHI) na EPT.



Abraço Grátis no Clube do Silêncio
Fonte: Instagram do Clube do Silêncio (2023)

RESULTADOS ESPERADOS do CLUBE DO SILÊNCIO

OBJETIVO PRINCIPAL

Promover impactos transformadores na vida dos estudantes e no clima escolar, especialmente em contextos vulneráveis como o bairro Cidade de Deus.

REDUÇÃO DA ANSIEDADE

Diminuição significativa da ansiedade por meio de práticas inovadoras desde 2018.

Criação de um ambiente escolar mais acolhedor.

FORTALECIMENTO DO SENSO DE PERTENCIMENTO

Aumento da conexão dos alunos com a escola.

Promoção de um ambiente inclusivo e integrador.

CULTURA DA PAZ

Redução de conflitos e violência escolar

Alinhamento com os princípios da Formação Humana Integral (FHI) na Educação Profissional e Tecnológica (EPT).

ENGAJAMENTO ESCOLAR

Maior participação dos alunos nas atividades escolares

Reflexo de um ambiente mais acolhedor e seguro

VALIDAÇÃO E REPLICABILIDADE

Ajustes contínuos das práticas com base no feedback de mediadores

DESENVOLVIMENTO SOCIOEMOCIONAL

Fortalecimento de habilidades para lidar com os desafios da violência urbana

Capacitação para enfrentar contextos adversos

Conceito, Origem e Reuniões

Conceito

Trata-se de um espaço dedicado ao desenvolvimento de habilidades socioemocionais, como empatia e resiliência, em um ambiente acolhedor, contribuindo para a Formação Humana Integral (FHI) na EPT.



Discentes em círculo, em uma das rodas de conversas.
Fonte: Instagram do Clube do Silêncio

Origem

Lançado em 2018 no CETI Eng. Prof. Sérgio Alfredo Pessoa Figueiredo, localizado no bairro Cidade de Deus, entre as zonas Norte e Leste de Manaus, Amazonas, o Clube nasceu das vivências de professores e alunos diante de um cenário de intensa violência urbana.



Bairro Cidade de Deus (Manaus) Fonte: O Convergente - 2025

O projeto surgiu como resposta a 286 casos de violência escolar registrados no Amazonas entre 2012 e 2017 (Agência Brasil, 2018), além de altos índices de violência doméstica e homicídios na região (Alves, 2017; Gavirati, 2018).



(CETI) Eng. Prof. Sérgio Alfredo Pessoa Figueiredo - Fonte: G1

As Reuniões

As reuniões acontecem semanalmente no CETI Sérgio Pessoa, em salas de aula, pátios ou áreas cobertas, com adaptações para espaços ao ar livre sob sombra devido ao clima amazônico, oferecendo um refúgio seguro em meio à violência urbana.



Discentes em círculo, em uma das rodas de conversas
Fonte: Instagram do Clube do Silêncio



REUNIÕES DO CLUBE

Com duração de 40 a 60 minutos durante intervalos ou turnos complementares, são conduzidas por um mediador com apoio de alunos voluntários, acompanhando a estrutura:

ABERTURA

Boas-vindas e **meditação** breve (5-10 minutos) para promover calma.



ATIVIDADE PRINCIPAL

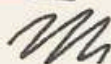
Dinâmicas ou rodas de conversa (20-30 minutos) para processar experiências difíceis.

ENCERRAMENTO

Reflexão e registro (5-10 minutos) para estimular a resiliência.



O suporte contínuo pode ser oferecido via WhatsApp, e a divulgação em páginas de outras redes sociais, como o Instagram, com panfletos impressos em áreas de baixa conectividade, garantindo acesso mesmo em contextos de risco.





Fundamentação Teórica

A proposta do Clube do Silêncio fundamenta-se em autores que defendem uma educação ética, inclusiva e transformadora. Paulo Freire (2020) inspira a ação-reflexão na escola com sua práxis emancipatória, ao promover a escuta ativa como instrumento de consciência crítica e transformação social. Já Carol Gilligan (1982), com sua ética do cuidado, orienta a construção de relações baseadas na empatia, no acolhimento e na interdependência, elementos centrais do ambiente promovido pelo clube.



Participantes do Clube do Silêncio (2024)
Fonte: Instagram do Clube do Silêncio

A concepção de escola unitária proposta por Antonio Gramsci reforça o compromisso com uma formação integral, na qual o saber escolar articula-se à vida concreta dos estudantes, respeitando suas culturas e histórias. Pierre Bourdieu, por sua vez, contribui com a noção de violência simbólica, permitindo identificar e combater formas sutis de exclusão escolar por meio de práticas pedagógicas mais equitativas, como as desenvolvidas nas rodas de conversa e dinâmicas do Clube.



Discentes em círculo, em uma das rodas de conversas do Clube.

Fonte: Instagram do Clube do Silêncio

Esses autores embasam o Clube do Silêncio como uma prática pedagógica inclusiva, capaz de fortalecer vínculos, reconhecer subjetividades e promover a Cultura da Paz no cotidiano escolar. Ao conjugar cuidado, escuta e criticidade, o Clube se configura como espaço de resistência aos processos de exclusão e desumanização frequentemente presentes nas instituições de ensino.

HORIZONTES TEÓRICOS DO CLUBE DO SILÊNCIO

Contribuições para uma escola mais empática, democrática e humana

PAULO FREIRE



- Valorizar tempos de escuta e pausa
- Mediação educativa

CAROL GILLIGAN



- Escuta ativa
- Relações horizontais

GRAMSCI E BOURDIEU



- Disputas na escola
- Práticas de cuidado

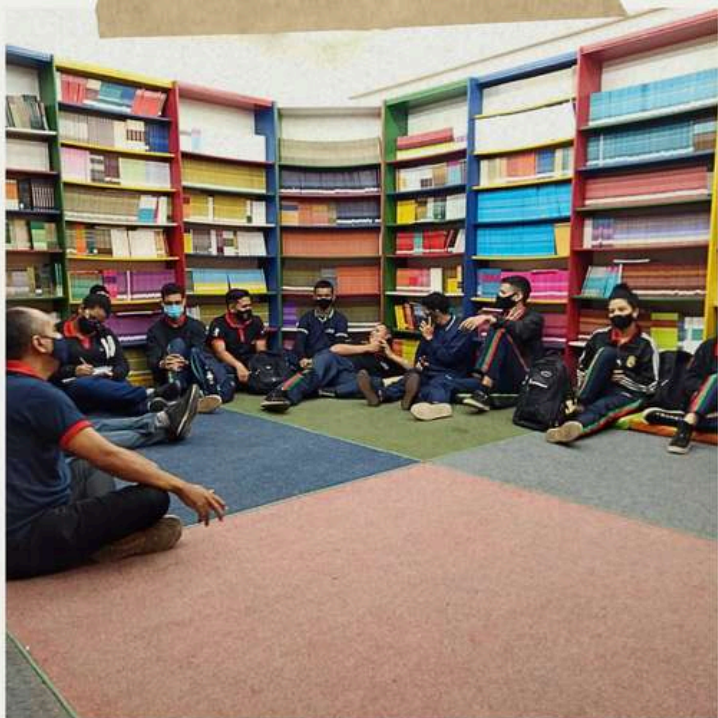
INTEGRAÇÃO TEÓRICO-PRÁTICA



- Vivências sensíveis
- Formação integral e crítica

Metodologias

As metodologias propostas neste Guia foram desenvolvidas a partir da escuta sensível das necessidades emocionais dos estudantes da Educação Profissional e Tecnológica (EPT) e ancoram-se em princípios de acolhimento, diálogo e respeito mútuo.



Momento de meditação guiada no Clube do Silêncio
Fonte: Instagram do Clube do Silêncio (2021)



METODOLOGIAS DO CLUBE DO SILÊNCIO

BASE DAS METODOLOGIAS:

Desenvolvidas a partir da escuta sensível das necessidades emocionais dos estudantes da Educação Profissional e Tecnológica
Ancoradas em princípios de acolhimento, diálogo e respeito.

OBJETIVO CENTRAL

Promover o bem-estar como condição essencial para a aprendizagem.



OBJETIVO CENTRAL

Criar **espaços seguros** para a convivência e expressão no cotidiano escolar.

DINÂMICAS PROPOSTAS:



MEDITAÇÃO GUIADA

Favorece a **autorregulação** emocional.



RODA DE CONVERSA

Fortalece **vínculos afetivos** por meio do diálogo.



ABRAÇO GRÁTIS

Promove **conexão** e acolhimento entre estudantes.

CARACTERÍSTICAS DAS PRÁTICAS:

- Simples, **acessíveis** e transformadoras.
- Focadas em fortalecer **Cultura da Paz** na escola

IMPACTOS ESPERADOS:

- **Autorregulação** emocional dos estudantes
- Fortalecimento de **laços afetivos** e **convivência** harmoniosa.

MEDITAÇÃO GUIADA

OBJETIVO

Reduzir a ansiedade e promover autorregulação emocional.

DURAÇÃO

5 minutos

PASSOS

- Forme um círculo com os participantes em local tranquilo.
- Peça silêncio e convide todos a fechar os olhos.
- Leia lentamente um roteiro de meditação (ex: “Respire fundo. Imagine um lugar seguro.”).
- Mantenha a voz serena e pausada durante a leitura



Ao final, convide para uma respiração coletiva e retorno gradual ao ambiente.



Lugar Seguro

Meditação Guiada do Clube do Silêncio
Respirar. Imaginar. Acalmar-se.

1. Início (Respiração consciente)

Respire fundo...

Solte o ar devagar...

Rlaís uma vez:
inspire... e expire...

Pode ser um lugar real —
como sua casa, um
quarto, uma floresta, ou
até mesmo à beira de um
rio.



2. Visualização (Criação do Lugar Seguro)

Agora, com os olhos fechados. **imagine um lugar onde você se sente completamente seguro.**

Ou pode ser um lugar que só existe na sua imaginação — tranquilo, silencioso, acolhedor.



Sinta o chão sob seus pés, o som suave ao redor...
Perceba a luz, as cores, o ar...



Você está em paz. Nada pode te ferir.

Fique nesse lugar por alguns instantes.

Permita que seu corpo descanse e que sua mente se acalme.

Se vierem pensamentos, apenas observe — e volte ao seu lugar seguro.



Roda de Conversa

Expressar, Escutar, Escutar, Acolher
Um espaço seguro para a palavra circular

1. Objetivo



Estimular a escuta ativa, a empatia e a expressão emocional entre estudantes

2. Apresente o Tema



► “O que significa ser ouvido?”
“Como você acolhe alguém em sofrimento?”

3. Estabeleça Regras



Escutar sem interromper
Falar com respeito



◆ Responda com sinceridade.

6. Encerramento



“Que tipo de escuta queremos construir em nossa escola?”

4. Dê o Exemplo



Comece com uma pergunta aberta e responda com sinceridade.
O seccar periscirám.

5. Convide à Participação



Incentivé todos, mas sem forçar.
O silêncio também é uma forma de presença e deve ser respeitado.



Abraço Grátis

Fortalecer o senso de pertencimento e promover acolhimento emocional



Duração: 15 a 20 minutos

1. Combine com os voluntários



Previamente combine com os alunos voluntários sobre o momento da ação.

2. Crie cartazes



Crie cartazes simples com mensagens com "Você

é importante" ou "Quer um abraço?"

4. Convide, mas não force



Incentive outros alunos a participar,

3. Momento da Ação



Realize em pátio corredor ou outro local de circulação.

de forma respeitosa e opcional.

4. Convide respeitoso



Incentive outros alunos a participar, sem pressionar o tempo de cada um.

5. Encerramento com reflexão



Ao final, formem um círculo de conversa rápida


Modelo de Cartaz Abraço Grátis


O Que É?


Um cartaz simples, simbólico e afetivo que convida para um gesto de acolhimento e reforça a mênagem:



Intenção Pedagógica




 Cromover com os estudantes de forma colaborativa:

 Use papel reciclado, cartolina, pedaços de papelão

 Reforçar a valorização de cada pessoa da comunidade



Intenção Pedagógica

-  Promover pertencimento e empatia no ambiente escolar
-  Reforçar a valorização de cada pessoa da comunidade
-  Fortalecer vínculos interpessoais com linguagem visual e emocional

Frases Inspiradoras

"Você é importante!"


"Quer um abraço?"


"Estamos aqui por você."

"Espalhe afeto!"

Incentive a criatividade — cada cartaz pode ser único.

Onde Colocar?

 Pátios, murais, corredores e entradas da escola

 Locais com alto fluxo de pessoas

Atividades Culturais

O Clube do Silêncio também valoriza a cultura amazônica por meio de atividades que promovem identidade, pertencimento e respeito à diversidade regional. A seguir, estão três propostas que podem ser adaptadas ao contexto de cada escola, favorecendo o diálogo intercultural e a formação integral dos estudantes.

Objetivo Geral



A arte a palavra como caminhos para a escuta, o acolhimento e a formação humana integral.

Atividades Propostas

1. Contação de Histórias

Escolha uma lenda amazônica (ex: Vitória-Régia)

Estimule escuta e imaginação



2. Arte Regional



Produção de murais com temas como cestaria, fauna e frases como "Harmonia é nossa força"

3. Roda de Conversa



Diálogo sobre saberes ribeirinhos, indígenas ou afro-amazônicos

Pergunta-chave: "O que aprendemos com quem veio antes?"

Lendas Amazônicas para Contação de Histórias

As lendas foram selecionadas por sua riqueza cultural e mensagens de harmonia, reconciliação e cuidado, alinhando-se ao objetivo do Clube de promover a Cultura da Paz. Elas são curtas, acessíveis para jovens de 14 a 17 anos, e permitem dinâmicas interativas, como Rodas de Conversa, que reforçam a FHI e a Linha de Pesquisa 1 do ProfEPT (ensino-aprendizagem na EPT). A lista oferece flexibilidade para que os mediadores escolham a lenda mais adequada ao contexto local, atendendo à replicabilidade utilizada pelo ProfEPT.

Objetivo Geral

- Utilizar a sabedoria ancestral das lendas amazônicas para fortalecer a escuta, o respeito, a empatia e a valorização da vida coletiva.
- Contar histórias para cultivar a paz.

Muiraquitã

Simbolo de proteção e união entre mulheres guerreiras.



A Vitória-Régia,

Conta a história de Naiá, uma jovem indígena que sonhava tocar a Lua e foi transformada na bela flor aquática, símbolo de delicadeza e resistência.



Virapuru

Pássaro mágico que canta uma vez só e depois desaparece.



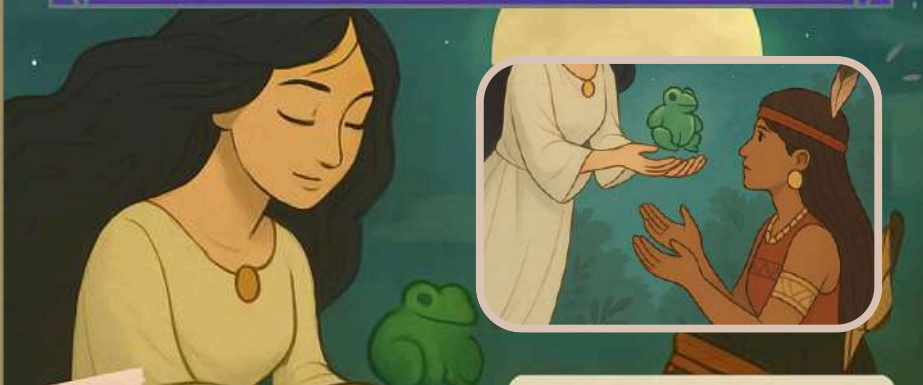
Guaraná

Nasce do olho de uma criança amada pelos deuses.



Lenda do Muiraquitã

- Sabedoria Ancestral pela Paz



Origem da Lenda

📍 Povos: Munduruku e Tapajós - Região Amazônica

➔ A deusa da lua oferece um presente sagrado às mulheres guerreiras do rio Tapajós:

uma pedra verde em forma de sapo.
chamada **Muiraquitã**, símbolo de proteção, harmonia e paz.

Atividade Sugerida

👂 **Etapa 1 - Contação da Lenda**

Pode ser lida, dramatizada ou ouvida com som ambiente amazônico.

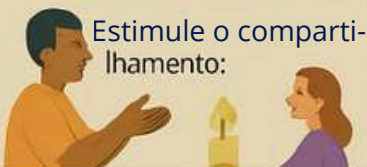
Conexão com a Cultura da Paz

As guerreiras usavam o Muiraquita para **mediar conflitos** e fortalecer os laços da aldeia.



➔ **Etapa 2 - Roda de Conversa**

Pergunta norteadora:
“Como podemos ser como o Muiraquitã, trazendo paz aos outros?”





Estimule o compartilhamento:

Lenda do Uirapuru

– O Canto que Une


Origem da Lenda


 **Povo:** Tupi-Guarani – Floresta Amazônica

 O **Uirapurú** é um pássaro raro, encantador.

Segundo a lenda, um jovem apaixonado se transforma em pássaro para promover **união** entre tribos rivais.

Atividade Sugerida

 **Etapã 1 – Contaço da Lenda**
Sugestão visual: Um semicírculo de estudantes ouvindo, com som de fundo suave.

 **Etapã 2 – Dinâmica “O Canto da Paz”**

Conexão com a Cultura da Paz

O canto do uirapuru representa:

 **Reconciliaço**


 **Harmonia entre os diferentes**

 **A força da palavra sensível**

A lenda **mostra** que a paz pode ser construída com beleza, escuta e sensibilidade.

Exemplos:

 „Você pode confiar.”


 „Estamos juntos.”

O grupo pode montar um “coro” coletivo com essas mensagens.

Lenda da Vitória-Régia

– Flor de Paz e Harmonia

Origem da Lenda

 **Povo:** Tupi - Amazônia

Naiaá, uma jovem indígena, se apaixona pela lua (Jací) e sonha em tocá-la.

Em sua busca, ela mergulha nas águas e se transforma em vitória-regia, uma flor que vive entre a terra, a água e o céu.




Conexão com a Cultura da Paz


A lenda fala de:

-  Paz interior
-  Equilíbrio com a natureza
-  Transformação silenciosa e espiritual

Atividade Sugerida

 **Etapa 1 -**
Contação da Lenda

Apague as luzes ou use iluminação suave com uma “lua” (lanterna, papel recortado).

 **Exemplos:**

“Respiro e me acalmo.”

“Sou parte do todo.”

Silêncio e força.”

Lenda do Guaraná

– A Força da Comunidade

Origem da Lenda

🌿 Povo: Sateré-Mawé - Amazônia

♦ Um jovem indígena querido pela comunidade é morto injustamente.

Conexão com a Cultura da Paz

O guaraná simboliza:

- 🌿 Cuidado mútuo
- 🌿 Força que nasce do coletivo
- ♦ Resiliência em tempos difíceis

Atividade Sugerida

- 🕒 Etapa 1 - Contação da Lenda

Sugestão visual; Uma roda de estudantes ouvindo a história com semetes simbólicas no centro.





Arte Regional

CESTARIA




AMAZÔNICA

MENSAGENS DE PAZ

Objetivo da Atividade

Valorizar os saberes indígenas por meio da arte da cestaria amazônica, transformando seus padrões em mensagens visuais de paz, equilíbrio e coletividade.

Por que a Cestaria?

-  Conexão entre pessoas
-  Sabedoria ancestral passada de geração em geração
-  Harmonia entre utilidade, arte e natureza



Atividade Sugerida

Etapa 1 – Observação e Inspiração

Apresente imagens de cestos amazônicos (Sateré-Mawe, Baré, Tikuna).

HARMONIA É NOSSA FORÇA



Harmonia é nossa força
"Somos fios da mesmo cesto"



Produção artística
Cada aluno cria um cartaz com padrões inspirados na cestaria, usando:

- Lápis de cor, canetinhas, guache ou recortes
- No centro ou na borda do desenho, escrevem uma mensagem de paz



Roda de Conversa Herança Ribeirinha e Cultura da Paz



Objetivo da Atividade

Criar um espaço de escuta e reflexão sobre as lições de paz, sabedoria e convívio coletivo presentes na cultura ribeirinha amazônica.





Atividade Sugerida

Etapa 1 – Preparação da Roda

Organize o espaço um círculo, com chão livre ou cadeiras igualmente distribuídas.



Etapa 2 - Perguntas Norteadoras

-  Como a cultura local nos ensina a conviver em paz?
-  O que os ribeirinhos nos mostram sobre viver juntos?





Adaptações Contextuais

Clube do Silêncio em Diversos Territórios



Objetivo da Proposta

Mostrar que o Clube do Silêncio é versátil, respeita os ritmos locais e pode ser adaptado a qualquer comunidade escolar, seja urbana, rural ou ribeirinha.



Flexibilidade Metodológica

O Clube não é no modo fechado — é modelo vivo, moldado pelas necessidades, recursos e vocações de cada lugar.



Exemplos de Adaptações Possíveis

Contexto Urbano Denso

- 📍 **Desafios:** Ruído excessivo, sobrecarga emocional, circulação intensa
- 📍 **Adaptações:**
 - Reuniões em salas acolhedoras ou durante horários alternativos.
 - Divulgação digital via redes sociais e murais internos.
 - Ações rápidas no pátio (ex: Abraço Grátis com cronograma rotativo).

Escolas de Tempo Integral!

- 📍 **Potencial:** Tempo ampliado da Internet, distância entre casas
- 📍 **Adaptações:**
 - Utilização de materiais recicláveis e naturais em oficinas de paz.
 - Reuniões com linguagem oral, rodas de conversa com saberes da comunidade.
 - Cartazes fixos em áreas visíveis



Referências

ADORNO, TW Educação e emancipação . Tradução de Wolfgang Leo Maar. 3.ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1995.

BARDIN, L. Análise de conteúdo . São Paulo: Edições 70, 2016.

BOURDIEU, P. O poder simbólico . 2. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1998.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. Reflexões sobre a cultura de paz e não violência no trabalho . Brasília: Ministério da Saúde, 2009.

Disponível em:

https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/reflexoes_cultura_pa_z_ao_violencia_trabalho.pdf . Acesso em: 10 fev. 2024.

DISKIN, L.; ROIZMAN, LG Paz, como se faz? Semeando cultura de paz nas escolas . Brasília: UNESCO: Associação Palas Athena: Fundação Vale, 2008.

FREIRE, P. Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa . 8. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2020.

FREIRE, P. Pedagogia do oprimido . 74. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2020.

FRANCISCO, Papai; IVEREIGH, A. Vamos sonhar juntos: o caminho para um futuro melhor . Tradução de Manuel Losa. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2020.

GILLIGAN, C. Com uma voz diferente: teoria psicológica e desenvolvimento da mulher . Cambridge: Harvard University Press, 1982. Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/275714106_In_A_Different_Voice_Psychological_Theory_and_Women's_Development . Acesso em: 5 de maio de 2025.

GRAMSCI, A. Cadernos do cárcere: introdução ao estudo da filosofia e a filosofia de Benedetto Croce . Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1999. v.

GUIMARÃES, S. A educação para a paz como espaço argumentativo. [SI: sn], 2006.

MAUÉS, LMN; SOUSA, YH; SENA, RDC Violência escolar: um panorama dos estudos sobre a temática no estado do Amazonas (2012-2022). Revista Nova Paideia – Revista Interdisciplinar em Educação e Pesquisa , [SI], v. 1, pág. 18-29, 2025. Disponível em: <https://ojs.novapaideia.org/index.php/RIEP/article/view/374> . Acesso em: 21 abr. 2025.

RIZZATTI, IM; OLIVEIRA JR., J.; SANTOS, CA Produtos educacionais no Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT): contribuições para a prática pedagógica. Revista Brasileira de Educação Profissional e Tecnológica , Brasília, v. 1-15, 2020.

SAVIANI, D. Em defesa do projeto de formação humana integral para a classe trabalhadora. Revista Brasileira da Educação Profissional e Tecnológica , [SI], v. 22, e13666, mar. 2022.

Unesco. Definição de Cultura da Paz. Paris: UNESCO, 2003.



Glossário

FHI - Formação Humana Integral: Conceito educacional que busca desenvolver não apenas habilidades cognitivas, mas também aspectos emocionais, sociais, culturais e éticos do estudante. Valoriza a construção do conhecimento em diálogo com a vida, promovendo a autonomia, a empatia e o senso de pertencimento.

Cultura da Paz - Conjunto de valores, atitudes e comportamentos que rejeitam a violência e buscam resolver conflitos por meio do diálogo, da empatia e da solidariedade. Segundo a UNESCO (2003), a Cultura da Paz envolve respeito aos direitos humanos, à diversidade cultural e à cooperação entre os povos.

Violência Simbólica - Termo desenvolvido por Pierre Bourdieu para descrever formas sutis de dominação e exclusão que ocorrem nas instituições, como a escola, por meio de linguagens, regras e valores impostos como universais. Essa violência é “invisível”, mas contribui para a reprodução das desigualdades sociais.

Ética do Cuidado - Conceito proposto por Carol Gilligan, que valoriza o cuidado, a escuta e a empatia como fundamentos das relações humanas. Na educação, a ética do cuidado propõe práticas mais humanas e sensíveis às necessidades emocionais e sociais dos sujeitos envolvidos no processo de ensino-aprendizagem.

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

(Direcionado aos pais/responsáveis)

Prezado(a) Senhor(a),

Seu filho (ou o menor sob sua responsabilidade) está sendo convidado a participar de uma pesquisa intitulada: "Clube do Silêncio: Promovendo a Cultura de Paz para a Formação Humana Integral na Educação Profissional e Tecnológica", desenvolvida pelo pesquisador responsável Erison Soares Lima, aluno do MESTRADO EM EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA EM REDE NACIONAL (ProfEPT), no Instituto Federal do Amazonas, unidade Manaus – Centro.

Esta pesquisa tem como objetivo investigar como o Clube do Silêncio, um grupo de apoio escolar, pode beneficiar a saúde emocional, a convivência social e familiar, e a aprendizagem dos estudantes no Centro Educacional de Tempo Integral Engenheiro Professor Sergio Alfredo Passoa Figueiredo (CETI), uma escola pública situada na periferia de Manaus. Queremos compreender como as atividades realizadas no Clube do Silêncio, como rodas de conversa e outras práticas de apoio emocional, podem contribuir para a promoção de uma cultura de paz e o desenvolvimento integral dos alunos.

O convite para a participação do seu filho (ou do menor sob sua responsabilidade) se deve ao fato de ele ser um participante ativo do Clube do Silêncio no CETI, e a pesquisa se concentra nos estudantes que frequentam regularmente as atividades do grupo. A participação dele nos ajudará a entender melhor os efeitos dessas práticas em um contexto escolar e como elas podem ser aprimoradas ou replicadas em outras escolas.

Caso você permita que o seu filho (ou o menor sob sua responsabilidade) participe desta pesquisa, ele será submetido aos seguintes procedimentos:

Ele participará de encontros semanais do **Clube do Silêncio** no Centro Educacional de Tempo Integral Engenheiro Professor Sergio Alfredo Pessoa Figueiredo (CETI). Esses encontros incluirão rodas de conversa, onde os estudantes poderão compartilhar suas experiências e dificuldades em um ambiente acolhedor e seguro. Além disso, as atividades do clube poderão envolver práticas de relaxamento, meditação, e discussões sobre temas relacionados à Cultura de Paz e ao bem-estar emocional.

Durante a pesquisa, também serão realizadas **entrevistas semiestruturadas** com seu filho, onde ele será convidado a refletir sobre suas experiências no Clube do Silêncio. Essas entrevistas poderão ser gravadas, mas isso só será feito com a autorização prévia do participante e de você, o responsável. As gravações serão utilizadas exclusivamente para análise dos dados e serão armazenadas em local seguro. Após o término da pesquisa, as gravações serão mantidas em arquivo por cinco anos e, posteriormente, destruídas. Caso haja necessidade de utilização de trechos das gravações em publicações ou apresentações, a voz será anonimizada para proteger a identidade do participante.

Além das entrevistas, serão feitas **observações participantes**, onde os pesquisadores acompanharão as atividades do clube para entender melhor as dinâmicas e interações entre os alunos. O uso de imagens (fotos ou vídeos) durante essas atividades será feito apenas com autorização. Caso haja a necessidade de utilizar alguma imagem em publicações, o rosto dos participantes será desfocado ou uma tampa preta será colocada sobre os olhos, garantindo assim o anonimato.

O tempo previsto para a participação dele na pesquisa é de aproximadamente **4 meses**, coincidindo com o período das atividades do Clube do Silêncio no semestre letivo.

Os riscos relacionados com a participação do seu filho (ou do menor sob sua responsabilidade) são **emocionais**, como o possível desconforto ao compartilhar experiências pessoais durante as rodas de conversa ou entrevistas. Para minimizar esses riscos, a pesquisa será acompanhada por uma equipe multiprofissional da **Coordenadoria Distrital de Educação 05**, que estará disponível para fornecer suporte emocional imediato e contínuo aos participantes sempre que necessário.

Estão previstos como forma de acompanhamento e assistência **sessões de apoio emocional** conduzidas por psicólogos escolares, que serão oferecidas a qualquer participante que sentir necessidade de suporte adicional durante a pesquisa. Esses serviços estarão disponíveis durante todo o período da pesquisa.

Os benefícios relacionados com a participação dele incluem **melhorias no bem-estar emocional e social**, desenvolvimento de habilidades de comunicação, e um ambiente mais seguro e acolhedor na escola. Embora os benefícios diretos possam variar, a participação no Clube do Silêncio pode promover um impacto positivo na vida escolar e pessoal do seu filho, ajudando-o a lidar melhor com o estresse e a construir relações mais saudáveis com os colegas.

Todos os dados e informações que você e/ou ele nos fornecer serão guardados de forma sigilosa. Garantimos a **confidencialidade e a privacidade dos dados e das informações**. Todos os dados coletados serão usados exclusivamente para esta pesquisa. As entrevistas serão gravadas apenas com a sua autorização, e a finalidade da gravação é garantir a precisão das informações coletadas. Após o término da pesquisa, as gravações serão armazenadas em local seguro por pelo menos 5 anos e depois destruídas.

Se houver necessidade de publicação de qualquer gravação de voz ou imagem, a anonimização será garantida, tornando impossível a identificação do seu filho. Em todas as fases da pesquisa, tomaremos todas as precauções para proteger a identidade e o bem-estar dos participantes.

A participação do seu filho (ou do menor sob sua responsabilidade) não é obrigatória. A qualquer momento da pesquisa, você e/ou ele poderão desistir e retirar o consentimento/assentimento. Contudo, a participação dele é muito importante para a execução da pesquisa. Se você decidir retirar esse consentimento, você e seu filho (ou o menor sob sua responsabilidade) não terão nenhum prejuízo em sua relação com o pesquisador, com o Instituto Federal do Amazonas, ou com o **Centro Educacional de Tempo Integral Engenheiro Professor Sergio Alfredo Pessoa Figueiredo (CETI)**. Em caso de recusa, vocês não serão penalizados de forma alguma.

A participação do seu filho (ou do menor sob sua responsabilidade) nesta pesquisa, bem como a de todas as partes envolvidas, será totalmente voluntária, não havendo remuneração ou pagamento. No caso de algum gasto resultante da participação do seu filho na pesquisa, ele será ressarcido; o pesquisador responsável cobrirá todas as despesas, incluindo as dos acompanhantes, quando for o caso.

Se ele sofrer qualquer dano resultante da participação neste estudo, seja imediato ou tardio, previsto ou não, ele tem direito a assistência imediata, integral e gratuita, pelo tempo que for necessário.

Ao assinar este termo de consentimento, você não estará abrindo mão de nenhum direito legal do seu filho (ou do menor sob sua responsabilidade), incluindo o direito de buscar indenização por danos e assistência completa por lesões resultantes da participação neste estudo.

Os resultados que nós obtivermos com esta pesquisa serão transformados em informações científicas. Portanto, há a possibilidade de serem apresentados em seminários, congressos e similares. No entanto, os dados e informações obtidos por meio da participação do seu filho (ou do menor sob sua responsabilidade) serão tratados de forma confidencial e sigilosa, não permitindo a identificação dele.

Você e seu filho têm o direito de receber retorno sobre a participação. Se tiverem interesse em receber informações sobre os resultados obtidos ao final do estudo, por favor, preencha o telefone e/ou e-mail no campo "CONSENTIMENTO DE PARTICIPAÇÃO". Assim, quando o estudo terminar, vocês receberão informações sobre os resultados.

A qualquer momento, você, seu filho (ou o menor sob sua responsabilidade) poderão entrar em contato com o Comitê de Ética local ou com o pesquisador responsável para esclarecer dúvidas sobre o projeto ou a participação no estudo.

Contato do Comitê de Ética:

Endereço: Rua Ferreira Pena, nº 1109 - Prédio da Reitoria, 2º andar

Bairro: Centro

Município: Manaus - AM

CEP: 69.025-010

Telefone: (92) 98234-4114

Fax: (97) 98101-1010

E-mail: cepsh.ppg@ifam.edu.br

Caso o participante tenha entre 10 e 17 anos, ou seja legalmente incapaz, ele receberá um Termo de Assentimento adequado à sua compreensão.

Pesquisador Responsável: Erison Soares Lima

Endereço: Rua Prússia, nº 28, Quadra 64

Telefone: (92) 99443-9784

E-mail: erisonsoares@gmail.com

Após ser esclarecido(a) sobre as informações do projeto, se você aceitar que o seu filho (ou o menor sob sua responsabilidade) participe desta pesquisa, você deve preencher e assinar este documento que está elaborado em duas vias; uma via deste Termo de

Consentimento ficará com você e a outra ficará com o pesquisador. Este consentimento possui mais de uma página, portanto, solicitamos sua assinatura (rubrica) em todas elas.

CONSENTIMENTO DE PARTICIPAÇÃO

Eu _____, abaixo assinado, concordo com a participação do meu filho (ou do menor sob minha responsabilidade) _____, no presente estudo como participante voluntário e declaro que fui devidamente informado e esclarecido sobre a pesquisa e os procedimentos nela envolvidos, bem como os riscos e benefícios da mesma. Autorizo a publicação dos resultados da pesquisa, a qual garanta o anonimato e o sigilo referente à participação.

Assinatura dos pais / responsáveis

() _____
Telefone e e-mail de contato



Impressão dactiloscópica dos pais / responsáveis
(se aplicável)

Nome e assinatura da testemunha imparcial
(se aplicável)

Assinatura do pesquisador responsável

TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TALE)

(Direcionado a crianças, adolescentes e pessoas sem condições de consentir)

Você está sendo convidado(a) a participar de uma **pesquisa**. Nós queremos te contar mais sobre isso, e é muito importante que você entenda tudo direitinho antes de decidir se quer participar ou não. Aqui, vamos explicar o que vai acontecer e como você pode nos ajudar.

O que é esta pesquisa?

Nós estamos fazendo uma pesquisa para entender como as atividades de um grupo especial, chamado **Clube do Silêncio**, podem ajudar os alunos da sua escola a se sentirem mais calmos, seguros e felizes. Este clube acontece na escola e ajuda as pessoas a aprenderem a lidar com o estresse, conversar sobre suas preocupações e fazer amigos.

O que você vai fazer?

Se você quiser participar, você vai:

- **Participar de encontros semanais** do Clube do Silêncio, onde você poderá conversar sobre como está se sentindo, ouvir os colegas, e aprender maneiras de relaxar, como meditação e outras técnicas legais.
- Você (também vai) **participar de entrevistas** (uma conversa com a gente) para contar como o Clube do Silêncio te ajudou. A gente vai fazer algumas perguntas sobre como você está se sentindo e como o clube está ajudando na escola e em casa.
- Se você permitir, nós podemos **gravar a entrevista** para termos certeza de que lembramos direitinho de tudo o que você disse. Mas, se você não quiser que a gente grave, não tem problema, você pode continuar participando.

Você tem que participar?

Não! Você não precisa participar se não quiser. E, se decidir participar agora, pode mudar de ideia depois e sair a qualquer momento, sem problema nenhum. Ninguém vai ficar chateado com você por isso, e você não vai ser prejudicado(a) de nenhuma maneira.

Vai ter algum risco?

Pode ser que, durante as conversas, você se sinta um pouco triste ou incomodado(a) ao falar de algo difícil, como problemas que está enfrentando na escola ou em casa. Mas não se preocupe! Se isso

acontecer, **uma equipe de profissionais, como psicólogos**, estará pronta para te ajudar a se sentir melhor.

O que você ganha participando?

Se você participar, vai aprender coisas legais sobre como se acalmar, se comunicar melhor e compartilhar suas preocupações. O **Clube do Silêncio** também pode te ajudar a fazer novos amigos e se sentir mais feliz na escola.

As suas informações serão segredo?

Sim! Tudo o que você disser será **segredo**. Ninguém, além dos pesquisadores, saberá o que você contou. Quando compartilharmos o que descobrimos na pesquisa, **seu nome e suas informações pessoais não serão revelados**. Tudo será mantido em sigilo para proteger a sua privacidade.

Se você quiser saber mais ou mudar de ideia...

Se você quiser saber mais sobre a pesquisa ou se quiser sair dela, você pode falar com a gente a qualquer momento. Estamos aqui para te ajudar com o que você precisar!

Você quer participar?

Se você entendeu tudo o que explicamos e gostaria de participar, por favor, assinie aqui embaixo. Mas, se você não quiser participar, tudo bem também.

Eu, _____, entendi as informações sobre a pesquisa e aceito participar como voluntário(a). Sei que posso mudar de ideia e sair da pesquisa quando quiser, sem problemas.

Data: _____

Assinatura do(a) participante: _____

Assinatura do responsável: _____

Autorização para Uso de Imagens

Eu, _____ responsável legal pelo(a) aluno(a) _____ regularmente matriculado(a) na EETT Eng. Prof. Sergio Alfredo Pessoa Figueiredo, localizada na Av. Margarita, 1532, Cidade de Deus, Manaus - AM, autorizo o uso da imagem do(a) referido(a) aluno(a) para fins de divulgação acadêmica e científica relacionados à pesquisa intitulada "**Clube do Silêncio: Promovendo a Cultura de Paz para a Formação Humana Integral na Educação Profissional e Tecnológica**", conduzida pelo pesquisador Erison Soares Lima.

Finalidade da Autorização

Autorizo que as imagens capturadas (fotografias e/ou vídeos) durante a participação de meu/minha filho(a) nas atividades do **Clube do Silêncio** possam ser utilizadas exclusivamente para os seguintes fins:

- Apresentações acadêmicas e científicas (seminários, congressos, etc.).
- Publicações relacionadas à pesquisa (artigos, monografias, dissertações, etc.).
- Materiais de divulgação científica (não comercial) referentes à pesquisa e ao desenvolvimento do projeto.

As imagens serão utilizadas de forma ética e respeitosa, preservando a dignidade e privacidade do(a) aluno(a). Caso necessário, as imagens poderão ser editadas para fins de anonimização (como desfocar o rosto ou ocultar características identificáveis) quando a preservação da identidade for fundamental.

Condições

- O uso das imagens será estritamente limitado ao âmbito acadêmico e científico, não sendo utilizado para fins comerciais ou promocionais.
- A autorização concedida não tem prazo de validade, sendo válida enquanto as imagens forem necessárias para os objetivos acadêmicos da pesquisa.
- Eu entendo que não haverá remuneração pelo uso das imagens.

- Estou ciente de que posso, a qualquer momento, solicitar a revogação desta autorização por escrito, sem que isso cause qualquer prejuízo ao(a) aluno(a) ou à pesquisa.

Dados de Contato

Nome do Pai/Responsável: _____

Telefone: _____

E-mail: _____

Data: _____

Assinatura do Pai/Responsável: _____

Assinatura do Pesquisador: _____

Nome do Pesquisador: Erison Soares Lima

Data: _____

Roteiro das Entrevistas Semiestruturadas

Convite para Entrevista Semiestruturada

Gostaríamos de convidá-lo(a) para participar de uma entrevista semiestruturada como parte de nossa pesquisa sobre o impacto do Clube do Silêncio. A sua experiência e percepção são extremamente valiosas para entendermos como o Clube tem contribuído para o bem-estar e o desenvolvimento dos participantes, especialmente no que diz respeito à Educação Humana Integral e à propagação da Cultura da Paz no ambiente escolar. Durante a entrevista, exploraremos temas como sua trajetória no Clube, os impactos pessoais e emocionais, as relações interpessoais e suas expectativas para o futuro.

As suas respostas serão organizadas em forma de relato pessoal, respeitando sua voz e perspectiva, e posteriormente codificadas para análise. Este formato nos ajudará a captar a profundidade de sua experiência, garantindo que suas contribuições sejam refletidas de maneira significativa no estudo.

A participação é totalmente voluntária, e o sigilo de todas as informações coletadas será assegurado, preservando sua privacidade e confidencialidade.

1. Experiência Geral

- Como você descreveria sua experiência no Clube do Silêncio até agora?

- O que motivou você a participar do Clube do Silêncio?

2. Impacto Pessoal

- De que maneira o Clube do Silêncio impactou sua vida pessoal e emocional?

- Você poderia compartilhar um momento específico no Clube que teve um grande impacto em você?

3. Crescimento e Aprendizado

- Quais habilidades ou aprendizados você acredita ter desenvolvido ao longo do tempo no Clube?

- Como o Clube ajudou no seu crescimento pessoal e social?

4. Acolhimento e Comunidade

- Como você se sente em relação ao ambiente do Clube do Silêncio? É acolhedor para você?

- Você sente que o Clube proporciona um espaço seguro para se expressar? Por quê?

5. Desafios e Superação

- Que desafios pessoais você enfrentou e como o Clube do Silêncio ajudou a superá-los?

- Você pode compartilhar uma experiência em que recebeu apoio dos colegas no Clube?

6. Expressão e Comunicação

- Como o Clube do Silêncio influenciou sua capacidade de se expressar e comunicar suas emoções?

- Há alguma atividade específica no Clube que ajudou você a se sentir mais à vontade para se expressar?

7. Reflexão

- O que você gostaria que outras pessoas soubessem sobre o Clube do Silêncio?

- Se você pudesse mudar algo no Clube, o que seria?

Perguntas Específicas

1. Atividades Preferidas

- Quais atividades do Clube você mais gosta e por quê?

- Você tem alguma atividade que gostaria de sugerir para o Clube?

2. Relações Interpessoais

- Como suas relações com outros participantes do Clube mudaram ao longo do tempo?

- Você se sente mais conectado com seus colegas após participar do Clube? Como isso se manifesta?

3. Expectativas e Futuro

- Quais são suas expectativas para o futuro do Clube do Silêncio?

- Você planeja continuar participando do Clube? Por que sim ou por que não?



Anexo A - Atividades Complementares

Diário de Gratidão

Objetivo: Promover a resiliência emocional, a autorreflexão e o fortalecimento de uma mentalidade positiva por meio da identificação e valorização de aspectos cotidianos pelos quais os estudantes se sintam gratos.

Aplicação Prática

- **Momento sugerido:** Prática semanal.
- **Duração:** 5 a 10 minutos
- **Formato:**
 - *Presencial:* Cada aluno anota, em seu caderno ou folha, três coisas pelas quais é grato.
 - *Digital:* Os participantes são convidados a enviar suas anotações para o grupo do WhatsApp do clube, usando a hashtag #DiáriodeGratidão.
- **Compartilhamento (opcional):**
 - Os alunos podem, voluntariamente, ler ou relatar um de seus registros para o grupo.
 - No WhatsApp, a partilha pode ser feita com imagens (ex: fotos de algo significativo), emojis ou áudios curtos.
 - Se o acesso ao celular for restrito, pode-se utilizar uma caixa física onde os alunos depositam suas anotações e lidas de forma anônima.
 - Ao final do mês, os registros do grupo podem ser compilados em um mural físico ou digital (PDF compartilhado), com frases destacadas dos próprios estudantes.
- **Mediação:**
 - O educador pode iniciar o exercício com frases inspiradoras (ex: "A gratidão transforma o que temos em suficiente.").
 - É importante lembrar que não se trata de competição de conquistas, mas de reconhecer o valor de pequenas experiências do cotidiano.



Anexo B

Comunicação Não Violenta (CNV)

Objetivo: Desenvolver habilidades de escuta empática e expressão consciente, promovendo relações interpessoais mais respeitadas.

Descrição: Baseada no modelo de Marshall Rosenberg (2003), a CNV é trabalhada por meio de oficinas curtas, rodas temáticas ou dramatizações simples.

Aplicação prática:

Introduzir os quatro componentes da CNV: observação, sentimento, necessidade e pedido.

Utilizar cartões com sentimentos e necessidades para exercícios em duplas.

Propor simulações de conflitos comuns no ambiente escolar e como resolvê-los usando a CNV.